

Sanna Huotari & Sanna Saarela

**KAVEREITA LAPSILLE, VERTAISTUKEA VANHEMMILLE  
– KAINUULAISTEN LAPSIPERHEIDEN SÄHKÖINEN  
TOIMINTAKALENTERI**

Opinnäytetyö  
Kajaanin ammattikorkeakoulu  
Sosiaali-, terveys ja liikunta-ala  
Hoitotyönkoulutusohjelma  
Syksy 2009



**Kajaanin  
ammattikorkeakoulu**

## OPINNÄYTETYÖ TIIVISTELMÄ

Koulutusala Sosiaali-, terveys- ja liikunta-ala	Koulutusohjelma Hoitotyön koulutusohjelma
Tekijät Sanna Huotari & Sanna Saarela	
Työn nimi Kavereita lapsille, vertaistukea vanhemmille -kainuulaisten lapsiperheiden sähköinen toimintakalenteri	
Vaihtoehtoiset ammattiopinnot Terveydenhoitotyö	Ohjaajat Maila Moilanen, Sirkka-Liisa Niskanen & Seija Siivola
	Toimeksiantaja Kainuun maakunta -kuntayhtymä
Aika Syksy 2009	Sivumäärä ja liitteet 38 + 4
<p>Aiheena opinnäytetyöllä oli Kainuulaisten lapsiperheiden sähköinen toimintakalenteri. Työskentelyä ohjasi tuotteistamisprosessi. Opinnäytetyö oli yksi osa tulevaa tuotetta eli tehtävänä oli koota kainuulaisten lapsiperheiden toistuvien ryhmämuotoisten toimintojen kuvaus sähköiseen toimintakalenteriin istutettavaan eli kirjoitettavaan muotoon. Lopullinen tuote tulee olemaan kainuulaisten lapsiperheiden sähköinen toimintakalenteri.</p> <p>Opinnäytetyön tavoite oli kehittää kainuulaisten lasten, nuorten ja lapsiperheiden toistuvien ryhmämuotoisten toimintojen helposti löydettävyyttä maakunnan Internet -sivuilta. Tarkoituksena työllä oli karsoittaa Kainuun maakunta -kuntayhtymän, Kainuun kuntien, Mannerheimin lastensuojeluliiton ja seurakuntien järjestämät lasten, nuorten ja lapsiperheiden toistuvat ryhmämuotoiset toiminnot ja koota toimintojen tiedot sähköiseen toimintakalenteriin istutettavaan muotoon. Kehittämistehtävänä opinnäytetyöllämme oli koota tekeillä olevaan Kainuun maakunta -kuntayhtymän lapsiperheiden sähköiseen toimintakalenteriin sisältö.</p> <p>Tuote alkoi sen suunnittelusta, jossa aihe rajautui. Tiedot toiminnoista kerättiin touko-syyskuussa 2009 esitestatun sähköpostikyselyn avulla, jolla saatiin tiedot toimintojen nimistä, kuvauksista, hinnoista, ajankohdista ja paikoista, joissa toiminnot tapahtuvat sekä toimintojen vetäjästä. Vastaukset analysoitiin deduktiivisella sisällön analyysillä.</p> <p>Tuloksena oli tieto toistuvista ryhmämuotoisista toiminnoista, joita Kainuun maakunta -kuntayhtymä, Kainuun kunnat, Mannerheimin lastensuojeluliitto ja seurakunnat järjestävät. Tuotteen arviointia ei ole voitu toteuttaa, koska lopullinen tuote eli sähköinen toimintakalenteri ei vielä ole valmis. Jatkotutkimusaiheeksi opinnäytetyölle nousi tuotteen arviointi ja kehittäminen.</p>	
Kieli	Suomi
Asiasanat	Kainuun maakunta -kuntayhtymä, lapsiperhe, sähköinen toimintakalenteri, terveyden edistäminen, tuotteistaminen
Säilytyspaikka	<input checked="" type="checkbox"/> Kajaanin ammattikorkeakoulun Theseus-tietokanta <input checked="" type="checkbox"/> Kajaanin ammattikorkeakoulun kirjasto

School Health and Sports	Degree Programme Nursing
Author(s) Huotari Sanna & Saarela Sanna	
Title Friends for Children, Peer Support for Parents – an electronic activities calendar for families with children in Kainuu	
Optional Professional Studies Public Health Nursing	Instructor(s) Moilanen Maila, Niskanen Sirkka-Liisa & Siivola Seija
	Commissioned by Joint Authority of Kainuu region
Date Autumn 2009	Total Number of Pages and Appendices 38 + 4
<p>The topic of this thesis was an electronic activities calendar for families with children in Kainuu province. The work was directed by the productization process. This thesis is one part of a future product. The purpose of this thesis was to collect a description of the frequent group activities for families with children in Kainuu for an electronic activities calendar. The final product will be an electronic activities calendar for families with children in Kainuu.</p> <p>The goal for this thesis was to improve the accessibility of frequent group activities for children, youth and families with children on the web pages of the Joint Authority of Kainuu Region. The objective was to collect the frequent group activities for children, youth and families with children organized by the Joint Authority of Kainuu Region, municipalities in Kainuu, the Mannerheim League for Child Welfare and parishes into one electronic activities calendar.</p> <p>Information of the activities was collected with a pre-tested email questionnaire which provided information of the names, descriptions, prices, dates and locations of the activities and also the names of activity leaders. This happened between May and September 2009. The answers were analyzed and written in a form in which they could be input into an electronic activities calendar.</p> <p>This thesis provides information of frequent group activities organized by the Joint Authority of Kainuu Region, municipalities in Kainuu, the Mannerheim League for Child Welfare and parishes. The evaluation of the product has not been made yet, because the final product, the electronic calendar, is not ready. Further research topics after this thesis can be the evaluation and development of the product.</p>	
Language of Thesis	Finnish
Keywords	Joint Authority of Kainuu Region, family with children, electric activities calendar, health promotion, product development process
Deposited at	<input checked="" type="checkbox"/> Theseus Database at Kajaani University of Applied Sciences <input checked="" type="checkbox"/> Library of Kajaani University of Applied Sciences

*Yhteistyöstä kiitämme Kainuun maakunta – kuntayhtymän,  
perhekeskus seutu 2 tiiminjohtaja Maila Moilasta sekä oh-  
jaavia opettajia Seija Siivolaa ja Sirkka-Liisa Niskasta.*

*Katso tätä päivää, sillä se on elämä.  
Sen lyhyessä hetkessä on koko totuus.  
Siinä on koko olemassaolosi todellisuus,  
kasvun riemu, toiminnan loisto, kauneuden kirkkaus.  
Eilinen on vain unta, huominen on vain näky.  
Mutta jos elät tämän hetken hyvin, on eilinen uni onnesta,  
jokainen huominen toivenäky.  
Katso siis tarkkaan tätä päivää,  
aloita jokainen aamu uusi elämä.*

*(Goethe)*

## SISÄLLYS

1 JOHDANTO	1
2 KAINUUN MAAKUNTA -KUNTAYHTYMÄ	3
2.1 Sähköiset palvelut	4
2.2 Perhepalvelut toimintakalenterin hankkijana	6
2.3 Terveystietojen kaventaminen Kainuussa	6
3 LAPSIPERHE	8
4 RYHMÄT TERVEYDEN EDISTÄMISESSÄ	10
4.1 Terveystietojen edistämisen näkökulmat ja taustatekijät	11
4.2 Terveystietojen edistämisen palveluja asiakkaille	12
5 OPINNÄYTETYÖN TAVOITE, TARKOITUS JA KEHITTÄMISTEHTÄVÄ	14
6 TUOTTEISTAMISPROSESSI	15
6.1 Tuotteen kehittämistarve	16
6.2 Tuotteen ideavaihe	17
6.3 Tuotteen luonnostelu	17
6.4 Tuotteen kehittäminen	22
6.5 Tuotteen viimeistely	23
6.6 Tulokset	24
7 POHDINTA	25
7.1 Eettisyys ja luotettavuus	26
7.2 Ammatillinen kasvu ja kehitys	30
7.3 Jatkotutkimusaiheet	33
LÄHTEET	34
LIITTEET	

## 1 JOHDANTO

Kainuun maakunta -kuntayhtymän visio vuodelle 2015 on, että Kainuun maakunta on arvoستettu edelläkävijä palveluiden järjestäjänä ja alueensa kehittäjänä. Toiminta-ajatuksena ja tehtävänä maakunnalla on edistää alueen elinvoimaa, kainuulaisten osallisuutta ja hyvinvointia. (Kainuu b.) Opinnäytetyömme avulla kainuulaisten lasten, nuorten ja lapsiperheiden tiedon saanti palveluista tulee vaivattommaksi. Kainuun maakunta pyrkiikin siihen, että kaikki kainuulaiset saisivat palveluista tarvitsemansa tiedon Internet-sivustolta mahdollisimman vaivattomasti. (Kainuu d.)

Aiheena työllä oli kainuulaisten lapsiperheiden sähköinen toimintakalenteri. Työskentelyä ohjasi tuotteistamisprosessi sekä terveyden edistämisen näkökulma. Työn avulla pyrimme vähentämään kainuulaisten lasten, nuorten ja lapsiperheiden terveyseroja mahdollistamalla heille vaivattoman ja kaikille mahdollisen tiedonsaannin toistuvista ryhmämuotoisista toiminnoista. Suurin osa toiminnoista on maksuttomia, mikä takaa kaikille tasavertaisuuden osallistua toimintoihin. Siten kaikilla on mahdollisuus saada terveystietoutta sekä edistää omaa ja perheen hyvinvointiaan ja terveyttään.

Henkilökohtaisten terveystaitojen kehittämistä tulisi tapahtua läpi elämän siten, että ihminen saa tietoa terveen elämän osatekijöistä ja edellytyksiä elää terveellistä ja tasapainoista elämää. Ihmisten ja yhteisöjen jäsenten omia voimavaroja ja mahdollisuuksia tukea toisiaan pyritään hyödyntämään terveyttä edistävällä yhteistoiminnalla. (Haverinen, Lehto, Mikkola, Perttilä & Winell 1996, 13–14.) Kainuun maakunta -kuntayhtymän, Kainuun kuntien, Mannerheimin lastensuojeluliiton ja seurakuntien järjestämien toistuvien ryhmämuotoisten toimintojen tieto on kaikki samassa kalenterissa, josta jokainen voi katsoa omien voimavarojen ja kykyjen mukaista toimintaa mihin haluaa osallistua. Myös maakunnan työntekijöiden, kuten terveydenhoitajien, lastensuojelun ja sosiaalihuollon on helppo katsoa Kainuussa järjestettävät toiminnot kalenterista ja ohjata asiakkaita niiden pariin.

Opinnäytetyön tilasi Kainuun maakunta -kuntayhtymän, seutu II perhekeskuksen tiimijohtaja Maila Moilanen. Työn tavoitteena oli kehittää kainuulaisten lasten, nuorten ja lapsiperheiden toistuvien ryhmämuotoisten toimintojen helposti löydettävyyttä maakunnan Internet -sivuilta. Tarkoituksena oli kartoittaa Kainuun maakunta -kuntayhtymän, Kainuun kuntien,

Mannerheimin lastensuojeluliiton ja seurakuntien järjestämät lasten, nuorten ja lapsiperheiden toistuvat ryhmämuotoiset toiminnot ja koota toimintojen tiedot sähköiseen toimintakalenteriin istutettavaan eli kirjoitettavaan muotoon. Kehittämistehtävänä oli koota tekeillä olevaan Kainuun maakunta -kuntayhtymän lapsiperheiden sähköiseen toimintakalenteriin sisältö.

Sähköisen toimintakalenterin lopullisesta valmistuksesta vastaa eri alojen ammattilaisista koottu ryhmä. Tämä opinnäytetyö on yksi osa valmista tuotetta. Tradenomiopiskelija on tehnyt syksyllä 2009 opinnäytetyönä sähköisen toimintakalenterin toteutuksen suunnittelun Kainuun maakunta -kuntayhtymälle. Kalenterista vastaa Kainuun maakunta -kuntayhtymän perhepalvelut. Työmme tuote on tieto toistuvista ryhmämuotoisista toiminnoista, joita Kainuun maakunta -kuntayhtymä, Kainuun kunnat, Mannerheimin lastensuojeluliitto ja seurakunnat järjestävät kainuulaisille lapsille, nuorille ja lapsiperheille. Tätä tietoa tarvitaan sähköisen toimintakalenterin valmistumiseen.

## 2 KAINUUN MAAKUNTA -KUNTAYHTYMÄ

Kainuun maakunta -kuntayhtymä kattaa Hyrynsalmen, Kajaanin, Kuhmon, Sotkamon, Paltamon, Puolangan, Ristijärven sekä Suomussalmen kuntien sosiaali- ja terveydenhuollon, toisen asteen koulutuksen, entisen Kainuun liiton sekä Kainuun keskussairaalan palvelut. Vaalan kunnan osalta Kainuun maakunta vastaa ainoastaan alueiden käytön- ja hanketoimialan sekä aluekehitystä koskevista asioista. Kuviossa yksi näkyy maakunnan kaikki kunnat. Kainuun maakunta -kuntayhtymä järjestää kaikki muut sosiaali- ja terveydenhuollon palvelut paitsi lasten päivähoidon. Se vastaa myös aikuisten ja nuorten ammatillisesta sekä lukiokoulutuksesta. Maakunnalla on noin 3800 työntekijää. (Kainuu a.) Maakunta jakaantuu kolmeen seutuun. Seutu I muodostavat Kajaani, Paltamo, Ristijärvi ja Vuolijoki. Seutu II muodostavat Sotkamo ja Kuhmo ja seutu III kuuluvat Hyrynsalmi, Puolanka ja Suomussalmi. (Rusanen.)

Väkiluku tilastokeskuksen mukaan on syyskuussa 2009 ollut koko Kainuun maakunta -kuntayhtymässä 82 704 henkilöä. Kajaanissa luku oli 38 192, Sotkamossa 10 695, Kuhmossa 9 668, Suomussalmella 9 330, Paltamossa 3 929, Puolangalla 3 157, Hyrynsalmella 2 804 ja Ristijärvellä 1 519. (Tilastokeskus 2009a.)



Kuvio 1. Kainuun maakunta -kuntayhtymä (Aldea-Partanen 2009, 3)



Kainuun maakunta -kuntayhtymän visio vuodelle 2015 on, että se on arvostettu edelläkävijä palveluiden järjestäjänä ja alueensa kehittäjänä. Toiminta-ajatuksena ja tehtävänä maakunnalla on edistää alueen elinvoimaa, kainuulaisten osallisuutta ja hyvinvointia. Maakunta vastaa alueen kehittämisestä ja suunnittelusta sekä elinkeinoelämän edellytysten vahvistamisesta. Yhtenä toiminta-ajatuksena ja tehtävänä maakunnalla on myös järjestää asiakaslähtöisesti, tehokkaasti ja vaikuttavasti vastuullaan olevat sosiaali-, terveys-, koulutus- ja muut palvelut. (Kainuu b.)

Jokaisella yksilöllä on omat arvonsa, mutta on tärkeää, että työyhteisöllä on yhteiset, sovitut arvot ja periaatteet, joiden mukaan työyhteisö toimii. Niiden perusteella maakunta arvioi, kehittää ja muuttaa työtään ja työtapojaan. Kainuun maakunta -kuntayhtymän toimintaa ohjaa oikeudenmukaisuuden, tuloksellisuuden, vastuunoton, asiakaslähtöisyyden, tulevaisuuden uskon, avoimuuden ja luottamuksen arvot. Arvot vaikuttavat maakunnan jokapäiväiseen työhön. Kirjoitettu, puhuttu ja käytännössä tehty asia ei saa erota toisistaan. Jollei maakunnan työntekijät hyväksy yhteisiä arvoja ja toimi niiden mukaisesti, voi ristiriita näkyä ulospäin asiakkaille. Arvot näkyvät myös, kun maakunta asettaa toiminnalleen tavoitteita, arvioi tuloksia ja ponnistelee tavoitteiden saavuttamiseksi. (Kainuu c.)

Kainuulaisten lapsiperheiden sähköisellä toimintakalenterilla pyritään helpottamaan Kainuun maakunnan alueella tarjottavien toimintojen tiedon löydettävyyttä Kainuun Internet -sivuilta. Kainuulaisilla lapsilla, nuorilla ja lapsiperheillä on mahdollisuus löytää vaivattomasti Kainuun maakunta -kuntayhtymän, Kainuun kuntien, Mannerheimin lastensuojeluliiton ja seurakuntien järjestämät toistuvat ryhmämuotoiset toiminnot sähköisestä toimintakalenterista. Toimintakalenteri tulee palvelemaan myös maakunnan työntekijöitä heidän ohjatessaan vapaa-ajan toimintoja asiakkailleen.

## 2.1 Sähköiset palvelut

Vuonna 2007 Kainuun maakuntahallitus hyväksyi kokouksessaan kuntayhtymän strategisen suunnitelman vuosille 2007–2015. Suunnitelman tarkoituksena on suunnata ja tukea maakunnan johtamis- ja kehittämistyötä. Sen avulla maakunta pystyy reagoimaan nopeasti muuttuviin olosuhteisiin sekä vastaamaan toimintaansa kohtaan osoittamiin vaatimuksiin. Yhtenä strategisena päämääränä mainitaan palvelutuotannon tuottavuuden parantamisen, jossa yhteinä kriittisenä menestystekijänä on teknologian hyödyntäminen, tietohallinnon kehittäminen

ja sen konsernitason toimenpiteinä ja hankkeina sähköisten palveluiden tuottaminen. (Leskinen 2006, 8.)

Kainuun maakunta -kuntayhtymä pyrkii siihen, että kaikki kainuulaiset saavat palveluista tarvitsemansa tiedon Internet sivustolta mahdollisimman vaivattomasti. Maakunnan verkkosivusto on jaettu palvelukokonaisuuksiin ja niissä esitetään monipuolisesti tietoa järjestetyistä palveluista. Verkkosivustolle tulee koko ajan lisää tietoa palveluista ja ajankohtaista osiota seuraamalla saa parhaiten tiedon kuntayhtymän toiminnoista, palveluista sekä niissä tapahtuvista muutoksista. Sähköisiä asiointipalveluja tulee myös asiakkaiden käyttöön sitä mukaa, mitä niitä valmistuu. (Kainuu d.)

Taloudellisten voimavarojen vähentyminen sosiaali- ja terveysalalla on aiheuttanut sen, että toiminnan tehokkuuden kriittiseen tarkasteluun tulee kiinnittää enemmän huomiota. Täten säästöä tuovia keinoja on ollut pakko etsiä nopeasti, jotta kansalaisten hyvinvoinnin ja terveyden muuttuviin tarpeisiin voidaan vastata. Tietotekniikan huima nousu on tuonut tietoa siitä, mikä kiinnostaa ihmisiä ja miten tieto tarttuu ihmisiin. Siispä sosiaali- ja terveysalalla tulee panostaa uusiin keinoihin ja hyödyntää tietotekniikkaa. (Jämsä & Manninen 2000, 5-7.)

Tietotekniikan haasteisiin vastaaminen edellyttää niin viestinnän, asiakas-, henkilöstö- ja tietopalveluiden yhteistyötä. Tällä pyritään vuorovaikutteiseen sähköiseen viestimiseen, jossa www-sivut ja sähköposti korvaavat suurimman osan aiemmin kirjeiden, faksien tai puhelimen kautta välittyneestä tiedosta. Internet sivut ovat sosiaali- ja terveydenhuollon ikkuna maailmalle, sivuja voi lukea mistä päin maailmaa tahansa, riippumatta asuin- tai työpaikasta. Sivuja oikein ylläpidettynä tämä lisää alueellista tasa-arvoa. Kaiken viestinnän ja tiedottamisen tulee olla sidoksissa terveydenhuollon työyhteisön tavoitteiden kanssa. Tavoitteena tällä on, että sidosryhmät ymmärtävät organisaation toiminnan ja tehtävän väestön terveyden edistämisenä. (Nordman 2002, 135, 143.)

Olemme työssä pyrkineet tuomaan esille terveyden edistämisen näkökulman, sillä toistuvien ryhmämuotoisten toimintojen avulla pyritään edistämään lasten, nuorten ja lapsiperheiden hyvinvointia ja terveyttä. Sähköistä toimintakalenteria pääsee katsomaan kuka vain, jolla on Internet mahdollisuus tai kuka pääsee ilmaisten Internet yhteyksien ääreen esimerkiksi kirjastoisiin. Toimintakalenteri on myös sidoksissa Kainuun maakunta -kuntayhtymän sekä perhepalveluiden arvoihin ja periaatteisiin.

## 2.2 Perhepalvelut toimintakalenterin hankkijana

Perhepalveluiden alle kuuluu paljon erilaisia toimintoja. Siihen kuuluvat asiamiespalvelut, johon taas kuuluu talous- ja velkaneuvonta, potilas-, veteraani- ja sosiaaliasiamies sekä yleinen edunvalvonta. Äitiys- ja perhesuunnitteluneuvola, naistentaudit ja synnytys sekä isyydentunnustaminen ja vahvistaminen ovat myös yksi osa perhepalveluita. Perhepalveluiden piiriin kuuluvat myös lapset ja nuoret, perhekeskukset, perhe-elämän ja parisuhteen vaikeudet, sosiaalipäivystys, sosiaalityö, toimeentulotuki, maahanmuuttajapalvelut sekä Kainuun työvoiman palvelukeskus. (Kainuu e.)

Kainuun maakunta -kuntayhtymän tehtävänä on lasten, nuorten, lapsiperheiden, vammaisten sekä syrjäytyneiden hyvinvoinnin ja terveyden edistäminen. Toisena tehtävänä on tukea väestöä itsenäiseen selviytymiseen. Maakunnan toimintaa ohjaavat tietyt arvot ja toimintaperiaatteet. Perhepalveluiden arvoja ja toimintaperiaatteita ovat perhekeskeisyys, asiakaslähtöisyys, yhdenvertaisuus, moniammatillinen yhteistyö ja ennaltaehkäisevä ja kuntouttava työote. Tavoitteena perhepalveluilla on, että Kainuu tunnettaisiin perhe- ja lapsiystävällisenä maakuntana. (Kainuu e.)

Kainuulaisten lapsiperheiden sähköinen toimintakalenteri sijoitetaan Kainuun maakunnan verkkosivuille perhepalvelut osion valikoihin. Perhepalvelut johtaa, organisoii ja kustantaa toimintakalenterin ja vastaa sisällön koostamisesta sekä ylläpidosta. Perhepalvelut ovat varanneet vuoden 2010 budjettiin määrärahaa toimintakalenterin tekemistä varten. Pyrimme työssämme tuomaan esille perhepalveluiden arvoja ja toimintaperiaatteita. Muun muassa yhdenvertaisuus nousee esille sähköisen toimintakalenterin avulla, sillä jokaisella lapsella, nuorella ja lapsiperheellä on mahdollisuus saada tieto toistuvista ryhmämuotoisista toiminnoista Internetistä. Suurin osa toistuvista ryhmämuotoisista toiminnoista on myös maksuttomia, jolloin jokaisella on yhdenvertaiset mahdollisuudet osallistua toimintoon.

## 2.3 Terveyserojen kaventaminen Kainuussa

Kuntalaisten hyvinvoinnin edistämiseksi huomion kiinnittäminen eri sosiaaliryhmien välisten terveyserojen kaventamiseen on tärkeää. Tämän kautta pystytään vaikuttamaan palvelujen tarpeeseen sekä riittävien sosiaali- ja terveyspalvelujen turvaamiseen. Kuntalaisten hyvinvoin-

ti ehkäisee sosiaalisia syrjäytymisiä sekä luo myönteisiä vaikutuksia kuntatalouteen ja tuottavuuteen. (Terveyden ja hyvinvoinnin laitos 2007.)

TEROKA-hankkeen (terveyden ja hyvinvoinnin laitoksen ja työterveyslaitoksen yhteistyöhanke) tuloksena Kainuun maakunnan kehittämistyössä on kainuulaisten terveyserot otettu vahvasti huomioon. Kainuun maakunnan strategisena tavoitteena on kainuulaisten terveyserojen kaventaminen. Kainuun maakunta -kuntayhtymän vuosille 2007–2015 tehdyssä strategisessa suunnitelmassa maakunnan toimijoita veloitetaan kiinnittämään erityistä huomiota väestöryhmien välisiin eroihin. Suunnitelman mukaan pyritään myös tekemään konkreettisia toimenpiteitä sosiaaliseen eriarvoisuuteen ja elintapoihin vaikuttamisessa. (Terveyden ja hyvinvoinnin laitos 2008.)

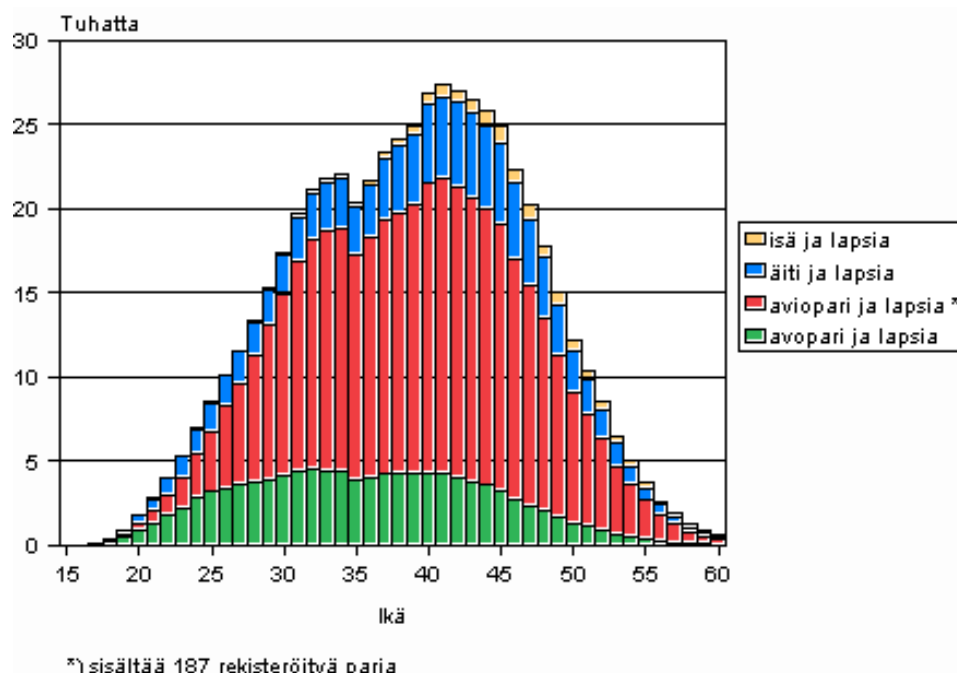
Väestön terveyseroja voidaan parhaiten parantaa kohdistamalla toimet ja resurssit ensisijaisesti ryhmiin, joihin epäterveelliset elinolot ja terveysongelmat ovat kasaantuneet. Kainuussa on aloitettu useita toimia terveyserojen kaventamiseksi, joissa erityinen huomio kiinnittyy näihin riskiryhmiin. Esimerkiksi perhetyössä pyritään painottamaan varhaista puuttumista ja palvelujen kohdentamista erityistä tukea tarvitseville. (Terveyden ja hyvinvoinnin laitos 2008.) Tämän opinnäytetyön avulla pyritään vähentämään kainuulaisten lasten, nuorten ja lapsiperheiden terveyseroja mahdollistamalla heille vaivattoman ja kaikille mahdollisen tiedonsaannin toistuvista ryhmämuotoisista toiminnoista.

### 3 LAPSIPERHE

Lapsiperheellä tarkoitetaan perhettä, jossa on vähintään yksi alle 18-vuotias kotona asuva lapsi. Lapseksi katsotaan vanhempiansa luona asuvat biologiset lapset sekä kasvatti- ja ottoplapset sekä toisen puolisen biologiset lapset sekä kasvatti- ja ottolapset. (Tilastokeskus b.) Myös esimerkiksi isovanhempien, sukulaisten, kummien tai sijaisvanhempien luona asuvat alle 18-vuotiaat katsotaan lapsiksi.

Perhe on yleisimmin määritelty isän, äidin ja lapsen tai lasten muodostamaksi kokonaisuudeksi. Erilaisia perhetyppejä ovat muun muassa aviopariperhe, jossa lasten huoltajina on aviopari sekä avopariperhe, jossa lasten huoltajat asuvat avoliitossa. On olemassa myös yksinhuoltajaperheitä, joissa lapsilla on vain yksi huoltaja. Uusperhe on perhe, jossa on vähintään yksi vain toisen puolisen lapsi. (Aaltonen, Ojanen, Sívén, Vihunen & Vilén 2000, 70–71; Ästedt-Kurki, Jussila, Koponen, Lehto, Maijala, Paavilainen & Potinkara 2008, 11–13.)

Suomessa oli vuoden 2008 lopussa 585 000 lapsiperhettä. Niiden määrä on vähenemässä, sillä vuonna 2007 niitä oli 2 500 perhettä enemmän. Väestöstä noin 41 prosenttia on lapsiperheitä. Yleisin perheiden muoto on avioparin perhe, joita Suomessa oli vuonna 2008 noin 62 prosenttia (Kuvio 2). Toiseksi eniten Suomessa oli vuonna 2008 avoparin perheitä, joita oli 18 prosenttia sekä kolmanneksi eniten yksinhuoltajaäitien perheitä, joita oli lähes sama määrä eli 17 prosenttia. Yksinhuoltajaisän perhe on Suomessa harvinaisempi, sillä niitä oli noin kolme prosenttia. 187 perheessä lasten vanhemmat ovat samaa sukupuolta. Vuoden 2008 lopussa perheissä asui keskimäärin 1,3 alle 18-vuotiasta lasta. (Tilastokeskus 2009c.)



Kuvio 2. Lapsiperheet 2008 (Tilastokeskus 2009c).

Perheen hyvinvoinnin edellytyksiä voidaan turvata toimivilla ja laadukkailla palveluilla sekä vanhemmuutta tukemalla. Mahdollistettaessa vanhempien hyvinvoinnin toteutuminen, pidetään samalla huolta myös lapsista. (Sosiaaliportti 2009.) Vanhempien voidessa hyvin, he jaksavat pitää huolta perheestä ja kodista turvaten samalla lapsille hyvinvoivan ja terveyttä edistävän elinympäristön.

Perheen hyvinvointiin vaikuttavia tekijöitä ovat muun muassa terveys, elämäntavat ja elämänhallinta. Vaikuttavien tekijöiden toteutumisen yhtenä edellytyksenä on harrastusmahdollisuuksien tarjonta lapsiperheelle. (Vornanen 2001, 33.) Tämän opinnäytetyön avulla pyritään kehittämään kainuulaisille lapsiperheille tarkoitettujen ryhmämuotoisten toimintojen helposti löydettävyyttä maakunnan Internet -sivuilta. Toimintojen tarkoituksena on edistää kainuulaisten lapsiperheiden hyvinvointia ja terveyttä tarjoamalla erilaisia vapaa-ajantoimintoja sekä harrastusmahdollisuuksia.

#### 4 RYHMÄT TERVEYDEN EDISTÄMISESSÄ

Ryhmätoiminta tarjoaa mahdollisuuden oppimiseen ja sosiaalisten yhteistyötaitojen harjoitteluun. Siinä pyritään yhdessä tekemiseen, jossa yhteistyö-, vuorovaikutus- ja oppimistaidot korostuvat. Taitoja opitaan parhaiten yhdessä kokemalla ja tekemällä. (Avaintoimija.) Terveys on kokonaisvaltaista hyvinvointia, johon vaikuttaa ihmisen fyysinen, psyykkinen ja sosiaalinen toimintakyky. Terveys nähdään ihmisen voimavarana, joka mahdollistaa monipuolisen elämän. Ihmisen oma toiminta ja olosuhteet voivat vaikuttaa terveyteen ja hyvinvointiin joko edistävästi tai heikentävästi. (Haverinen, Lehto, Mikkola, Perttilä & Winell 1996, 9.) Lapsilla, nuorilla ja lapsiperheillä on sähköisen toimintakalenterin valmistuttua mahdollisuus katsoa Kainuussa järjestettävät toistuvat ryhmämuotoiset toiminnot ja osallistua itseään kiinnostaviin toimintoihin. Ryhmämuotoiset toiminnot edistävät muun muassa yksilöiden terveystietoutta ja sitä kautta yksilö voi vaikuttaa omalla toiminnallaan omaan ja perheen terveyteen ja hyvinvointiin edistävästi.

Terveyden edistämisestä on useita määritelmiä eri vuosikymmeniltä (Savola & Koskinen-Ollonqvist 2005, 24). Maailman terveysjärjestön (WHO) määritelmän mukaan ”Terveydellä tarkoitetaan täydellisen psyykkisen, fyysisen ja sosiaalisen hyvinvoinnin tilaa, ei ainoastaan sairauden tai heikkouden puuttumista.” Tämä on määritelty New Yorkissa kansainvälisessä terveyskonferenssissa 19–22.6.1946 ja kirjattu järjestön perustamisasiakirjaan vuonna 1948. (WHO; Torppa 2004, 47.)

Terveyden edistäminen on prosessi, jossa ihmisten mahdollisuudet hallita ja vaikuttaa heidän terveyteensä lisääntyvät (Ottawa Charter For Health Promotion). Väestön terveyden edistämiseen kuuluu viisi osa-aluetta, vuoden 1986 Ottawan terveyden edistämiskokouksen määritelmän mukaan. Osa-alueet ovat terveyttä edistävä yhteiskuntapolitiikka, terveyttä tukeva ympäristö, henkilökohtaiset terveystaidot, terveyttä edistävä yhteistoiminta ja terveystalouden uudelleen suuntaaminen. (Haverinen ym. 1996, 13–14.)

Terveyspolitiikalla pyritään kaikessa päätöksenteossa ottamaan huomioon päätösten mahdolliset terveysvaikutukset. Terveyttä tukevalla ympäristöllä taas tarkoitetaan huolenpitoa yhteisöstämme ja ympäristöstämme kestäväen kehityksen ajattelun mukaisesti. Bäckmanin (1987, 180) mukaan ”Hienosti suunnitellussa ja rakennetussa fyysisessä ympäristössä on annettava mahdollisuuksia erilaisiin sosiaalisiin toimintoihin, joiden avulla edistetään myös henkistä

viihtyvyyttä”. Terveyttä edistävä ympäristö tukee terveellisiä elämäntapoja ja mahdollistaa turvallisen sekä virikkeitä antavan elinympäristön. Henkilökohtaisten terveystaitojen kehittämistä tulisi tapahtua läpi elämän, siten että ihminen saa tietoa terveen elämän osatekijöistä ja edellytyksiä elää terveellistä ja tasapainoista elämää. Ihmisten ja yhteisöjen jäsenten omia voimavaroja ja mahdollisuuksia tukea toisiaan pyritään hyödyntämään terveyttä edistävällä yhteistoiminnalla. Terveyspalveluiden uudelleen suuntaamisella pyritään kehittämään terveyspalveluita niin, että ne edistäisivät entistä paremmin yksilöiden ja yhteisöjen terveyttä. Jotta tähän päästäisiin tulee tiedonkulun ja tiedonvaihdon eri sektoreiden ja kansalaisten välillä olla kunnossa. (Haverinen ym.1996, 13–14.)

#### 4.1 Terveiden edistämisen näkökulmat ja taustatekijät

Terveiden edistäminen on terveyden ja toimintakyvyn lisäämistä, sairauksien ja terveysongelmiin vähentämistä sekä terveyserojen kaventamista. Kuntapolitiikassa terveyden edistäminen on kaikkien hallinnonalojen yhteinen tehtävä. Terveidenhuollon tehtävien lisäksi se on vaikuttamista eri tavoin terveyden taustatekijöihin eli determinantteihin. Taustatekijöiksi katsotaan kuuluvan yksilölliset tekijät, kuten ikä, sukupuoli, perimä, elintavat, tiedot, taidot ja kokemukset. Myös sosiaaliset, rakenteelliset ja kulttuuriset tekijät kuuluvat taustatekijöihin. Sosiaaliin tekijöihin kuuluvat henkilön sosioekonominen asema, toimeentulo, sosiaaliset ja yksilölliset verkostot ja keskinäinen vuorovaikutus. Rakenteellisia taustatekijöitä on koulutus, elinolot ja -ympäristö, työolot, peruspalvelujen saatavuus ja toimivuus. Kulttuurisiin tekijöihin taas katsotaan kuuluvan viihtyvyys, vuorovaikutteisuus, asenteet terveyteen sekä fyysisen, poliittisen sekä taloudellisen ympäristön turvallisuus. Peruselementtejä kuntapolitiikassa ovat yhteistyö ja sitoutuminen terveyttä edistävään toimintaan. Kunnan asettaessa tavoitteita voidaan terveyden edistämistä katsoa sisältö alueittain. Sisältöalueita ovat muun muassa ravitsemus, liikunta, päihteiden käyttö, tapaturmat, syrjäytyminen, turvallisuus, terveellinen ympäristö ja väestöryhmien väliset terveyserot. Tavoitteet voidaan asettaa vielä koskemaan tiettyjä väestöryhmiä. (Perttilä 2009; Terveiden edistämisen laatusuositus 2006, 16–17.)

Terveiden edistämistä voidaan tarkastella yksilön, yhteisön ja yhteiskunnan tasolla. Sen näkökulmia ovat promootio ja preventio. (Savola & Koskinen-Ollonqvist 2005, 24.) Kuntalais- ja kansanterveyslaissa on määritelty kuntien tehtäväksi hyvinvoinnin ja terveyden edistäminen eli promootio sekä ongelmien ehkäiseminen eli preventio. Hyvinvointia edistävät pal-



velut voidaan nähdä valikoimana ehkäiseviä palveluita. Niiden tavoitteena on tukea voimavarojen oikeaa kohdistamista tai parasta mahdollista käyttöä. (Andersson, Heinola & Seppänen 2009, 8.) Terveellisillä elämäntavoilla ja säännöllisellä arkirytmillä voidaan vaikuttaa terveyteen ja hyvinvointiin edistävästi (MLL 2009). Toistuvat ryhmämuotoiset toiminnot rytmittävät arkea ja tuovat säännöllisyyttä elämään.

Rakentamalla terveyttä edistäviä ympäristöjä, jotka luovat mahdollisuuden ympäristön turvalliseen tutkimiseen, liikkumiseen, tietojen ja taitojen kasvuun, muiden ihmisten kohtaamiseen ja keskinäiseen tukeen suojataan lapsia, nuoria ja lapsiperheitä terveyttä ja hyvinvointia uhkaavilta tekijöiltä. Terveyttä edistävä ympäristö voi olla esimerkiksi päiväkerho, perhekahvila, päiväkotiki, koti tai asuinalue. (MLL 2009.) Toimintojen avulla lapsille, nuorille ja lapsiperheille mahdollistetaan turvallinen, terveyttä edistävä ympäristö, joka luo mahdollisuuden ympäristön turvalliseen tutkimiseen, liikkumiseen, tietojen ja taitojen kasvuun, muiden ihmisten kohtaamiseen ja keskinäiseen tukeen.

#### 4.2 Terveyden edistämisen palveluja asiakkaille

Perustuslaissa 11.6.1999/731 ja kuntalaissa 17.3.1995/365 säädetään yleisellä tasolla terveyden edistämisestä. Samoin terveyden edistämisen tehtävistä säädetään muun muassa kansanterveyslaissa. Perustuslaissa 11.6.1999/731 19§ sanotaan, että ”Julkisen vallan on turvattava, sen mukaan kuin lailla tarkemmin säädetään, jokaiselle riittävät sosiaali- ja terveyspalvelut ja edistettävä väestön terveyttä.” Kuntalaissa 17.3.1995/365 1§ toteaa, että ”Kunta pyrkii edistämään asukkaidensa hyvinvointia ja kestävää kehitystä alueellaan.” Terveyttä ei pelkästään voida edistää terveydenhuollon palveluilla vaan vastuu terveyden edistämisestä on sekä yksilöllä, lähiyhteisöllä ja yhteiskunnalla. Terveelliset elämäntavat, tukea antavat ihmissuhteet ja terveellinen elinympäristö edistävät ihmisten hyvinvointia. Muun muassa Mannerheimin Lastensuojeluliiton järjestämät toiminnot on tuotettu terveyttä edistäviä malleja käyttäen. Esimerkkeinä toiminnoista ovat perhekahvila, aamu-, iltapäivä- sekä kerhotoiminta sekä perhekeskustoiminta. (MLL 2009.)

Kansanterveyslain 28.1.1972/66 ensimmäisen momentin mukaan ”Kansanterveystyöllä tarkoitetaan yksilöön, väestöön ja elinympäristöön kohdistuvaa terveyden edistämistä sairauksien ja tapaturmien ehkäisy mukaan lukien sekä yksilön sairaanhoitoa.” Neljännessä momen-

tissa sanotaan, että kunnan on pidettävä huolta kansanterveystyöstä. 4§ mukaan ”Kunnat voivat yhdessä huolehtia kansanterveystyöstä perustamalla tätä tehtävää varten kuntayhtymän. Kunta voi toisen kunnan kanssa sopia myös siitä, että tämä hoitaa osan kansanterveystyön toiminnoista.”

Kunnissa terveyden ja hyvinvoinnin edistäminen on kaikkea sitä toimintaa, jonka tarkoituksena on edistää väestön terveyttä, lisätä toimintakykyä, ehkäistä kansantauteja, tapaturmia, muita terveysongelmia ja vähentää ennen aikaisia kuolemia sekä väestöryhmien välisiä terveyseroja (Mikkonen 2007, 9). Väestöryhmien terveyserojen kaventuminen ilmenee sähköisessä toimintakalenterissa lasten, nuorten ja lapsiperheiden toistuvien ryhmämuotoisten toimintojen helposti löydettävyyden avulla. Myös toimintojen maksuttomuus vaikuttaa väestöryhmien terveyserojen kaventumiseen, sillä jokaisella on mahdollisuus osallistua maksuttomaan toimintoon. Ryhmämuotoisten toimintojen avulla pyritään vaikuttamaan muun muassa lasten liikalihavuuteen sekä psyykkiseen hyvinvointiin ja sosiaalisten suhteiden luomiseen.

## 5 OPINNÄYTETYÖN TAVOITE, TARKOITUS JA KEHITTÄMISTEHTÄVÄ

Kainuulaisille lapsille, nuorille ja lapsiperheille on tarjolla monenlaisia toimintoja kaikissa Kainuun kunnissa. Ongelmana on se, että tieto tarjottavista toiminnoista on hajallaan useassa eri paikassa, jolloin asiakkaan on vaikea löytää hakemaansa toimintoa. Opinnäytetyön tavoitteena on kehittää kainuulaisten lasten, nuorten ja lapsiperheiden toistuvien ryhmämuotoisten toimintojen helposti löydettävyyttä maakunnan Internet -sivuilta.

Tarkoituksena on kartoittaa Kainuun maakunta -kuntayhtymän, Kainuun kuntien, Mannerheimin lastensuojeluliiton ja seurakuntien järjestämät lasten, nuorten ja lapsiperheiden toistuvat ryhmämuotoiset toiminnot ja koota toimintojen tiedot sähköiseen toimintakalenteriin istutettavaan eli kirjoitettavaan muotoon. Kehittämistehtävänä on koota tekeillä olevaan Kainuun maakunta -kuntayhtymän lapsiperheiden sähköiseen toimintakalenteriin sisältö.

## 6 TUOTTEISTAMISPROSESSI

Tuotteistamisprosessin tarkoituksena on tuottaa ja kehittää jotain uutta. Tarkoituksena ei siis ole tehdä tutkimusta, vaan voimme puhua suunnittelu- ja kehittämishankkeesta. Tuotteistamisprosessi muistuttaa teorialähtöistä eli deduktiivista tutkimusprosessia. Koska kyseessä on tuotteistettu opinnäytetyöprosessi, tutkimusongelman sijasta puhutaan kehittämistehtävästä. Tuote voi olla joko standardi- tai räätälöity tuote. Standardituote voi olla esimerkiksi jokin apuväline tai atk-ohjelma ja räätälöity tuote esimerkiksi kuntoutus-, hoito- ja palvelusuunnitelma. Standardituote sopii samanlaisena kaikille kun taas räätälöity tuote on yksilöllinen. (Pihlaja 2006, 36–40; Holma 1998, 12.) Tämä opinnäytetyö on räätälöity tuote, koska se on tehty Kainuun maakunta -kuntayhtymän tarpeisiin vastaavaksi.

Tuotteistamisprosessi on kokonaisuus, jossa vuorovaikutuksessa toisiinsa ovat resurssit, tuotantoprosessi ja hyödykkeet. Yhteinen päämäärä pyritään saavuttamaan kaikkia osapuolia tyydyttävällä tavalla, silloin vuorovaikutus toimii. Resurssit ovat välttämättömiä tuotantotoiminnalle. Ilman työvoimaa, rahoitusta, osaamista ja tutkimus- ja tuotekehitystä on tuotteen keskeytymätön tuotantotoiminta vaarassa. Jokaisella tuotteella on omanlainen elinkaari, missä jokainen tuotannon vaihe eritellään tarkoin aina tarvittavista raaka-aineista alkaen, valmiin tuotteen käyttöön ja hylkäämiseen saakka. Jokaisen näiden vaiheen riskikohdat pyritään selvittämään niin talouden kuin ympäristönkin kannalta, jotta riskejä voitaisiin pyrkiä välttämään tai ainakin minimoimaan niiden mahdollisesti aiheuttamat vaikutukset tai haitat. (Raivio & Lepola 2000, 14.)

Opinnäytetyössä on kyse tuotteen osakokonaisuuden valmistuksesta eli soluvalmistuksesta, jossa koko tuotteen valmistuksesta vastaa eri alojen ammattilaisista koottu ryhmä (Raivio & Lepola 2000, 19). Opinnäytetyömme on yksi osa valmista tuotetta ja se on räätälöity vastamaan Kainuun maakunnan tarpeisiin. Tradenomiopiskelija Anne-Mari Sirviö on tehnyt syksyllä 2009 opinnäytetyönä sähköisen toimintakalenterin toteutuksen suunnittelun Kainuun maakunta -kuntayhtymälle. Opinnäytetyö on saatavilla Kajaanin ammattikorkeakoulun kirjastosta nimellä sähköisen toimintakalenterin toteutuksen suunnittelu Kainuun maakunta -kuntayhtymän perhepalveluun. Keräsimme tiedon kalenteriin tulevasta sisällöstä ja kirjoitimme sen siihen muotoon, jossa se voidaan kalenterin alustaan siirtää. Tässä opinnäytetyössä käytämme tästä tekstin muodosta sanontaa istutettava muoto. Kainuun maakunta -kuntayhtymä ostaa kalenterin alustan tekemisen ulkopuoliselta organisaatiolta. Vielä ei ole

päätetty kuka tiedon toiminnoista istuttaa kalenterin alustalle ja kuka myöhemmin päivittää toiminnassa olevaa kalenteria.

Tuotteistamisprosessissa esiintyy valmistelu ja selvittely osio, tuotteen muodostaminen, tiedottaminen ja markkinointi sekä seuranta ja arviointi (Lahtinen 1995, 38–39). Tuotteistamisprosessi voidaan jakaa viiteen vaiheeseen. Ensimmäinen vaihe on kehittämistarpeen tai ongelman tunnistaminen, jota seuraa ideointi. Ideoinnin jälkeen tulee luonnostelu, kehittäminen ja viimeistely vaiheet. (Jämsä & Manninen 2000, 28.)

## 6.1 Tuotteen kehittämistarve

Sosiaali- ja terveystalouden kehittämistarpeet nousevat usein asiakas- ja potilaskyselyjen tai muun saadun palautteen avulla esiin. Myös korkeakoulut ja muut oppilaitokset tekevät selvityksiä ja tutkimuksia, joista tulee esille tietoa sosiaali- ja terveystalouden nykytilanteesta sekä käytännöistä. Näiden jo olemassa olevien tietojen analysointi kertoo, mitkä ovat eri organisaatioiden ja palvelumuotojen kehittämistarpeet. Myös erilaiset yksikötason tilastot toiminnasta esimerkiksi kustannuksista, palveluiden käytön määristä, epäkohdista ja virheistä auttavat osaltaan tunnistamaan kehittämistarpeita ja ongelmakohtia. (Jämsä & Manninen 2000, 29–30.)

Kun lähestymistapa on ongelmalähtöinen, tavoitteena on yleensä parantaa jo käytössä olevaa palvelumuotoa, kehittää tuotetta, kun tuote tai sen laatu ei enää vastaa tarkoitustaan (Kuvio 3). Kehittämistarpeen ja ongelmien täsmentämisessä tulee selvittää ongelman laajuus. Oleellista on selvittää kuinka yleinen ongelma on ja kuinka suurta asiakasryhmää se koskettaa. Tärkeä tieto tuotteen kannalta on myös tunnistaa sen mahdollinen kausiluontoisuus. (Jämsä & Manninen 2000, 29–31.)

Tuotteemme kehittämistarve tuli esille Kainuun maakunta -kuntayhtymän seutu II perhekeskuksen tiimijohtaja Maila Moilaselta. Opinnäytetyöllä halutaan parantaa maakunnan sähköisten palveluiden löydettävyyttä kokoamalla lasten, nuorten ja lapsiperheiden toimintoja yhteen. Tällöin kainuulaisten lapsiperheiden ja myös maakunnan työntekijöiden on helppo nähdä kaikki tarjolla olevat vaihtoehdot ja valita sieltä itselle mieluisimmat tai ehdottaa niitä muille. Monilla järjestöillä on esimerkiksi todella hyvät kalenterit siitä, mitä toimintaa milloinkin on tarjolla ja kenelle se on suunnattu. Esittelyt toiminnoista on jo olemassa näistä

toistuvista ryhmämuotoisista toiminnoista, mutta se on hajallaan ja eikä se vastaa Kainuun maakunta -kuntayhtymän pyrkimystä, että kaikki kainuulaiset saavat palveluista tarvitsemansa tiedon Internet sivustolta mahdollisimman vaivattomasti.



Kuvio 3. Tuotteistamisprosessi (Jämsä & Manninen 2000, 30)

## 6.2 Tuotteen ideavaihe

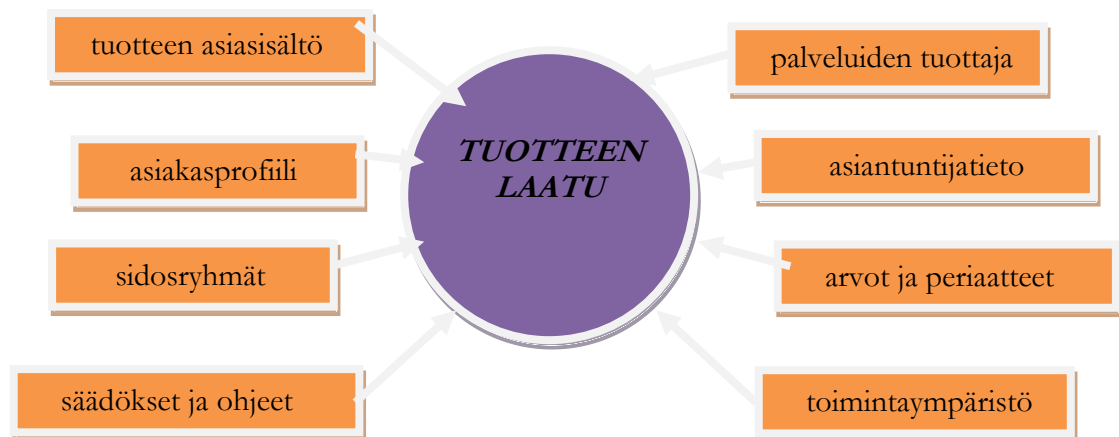
Kun kehittämistarve on todettu, mutta ratkaisukeinoja ei ole vielä päätetty, käynnistyy ideointiprosessi eri vaihtoehtojen löytämiseksi. Eri vaihtoehtojen avulla pyritään löytämään ratkaisu juuri organisaatiokohtaisiin ongelmiin. Avoimella ja sallivalla otteella etsitään vastaus kysymyksiin, millainen tuote auttaa ratkaisemaan ongelman/kehittämistarpeen ja millainen tuote vastaa eri tahojen tarpeisiin. (Jämsä & Manninen 2000, 35.)

Keskustelimme toimeksiantajan kanssa tulevasta sähköisestä toimintakalenterista. Laajensimme työtä koskemaan Sotkamon sijasta myös kaikkia muita Kainuun kuntia tasapuolisuuden vuoksi, sillä Sotkamo on vain osa Kainuun maakunta -kuntayhtymää. Tarkempia rajoituksia tuli kuitenkin vielä tehdä aiheen laajuuden vuoksi. Lopulta päädyimme yhdessä rajaamaan aiheen koskemaan kainuulaisten lasten, nuorten ja lapsiperheiden toistuvia ryhmämuotoisia toimintoja, jotka Kainuun maakunta -kuntayhtymä, Kainuun kunnat, Mannerheimin Lastensuojeluliitto ja seurakunnat järjestävät.

## 6.3 Tuotteen luonnostelu

Tuotteen luonnostelu lähtee alkuun, kun on tehty päätös siitä, millainen tuote on tarpeen suunnitella ja valmistaa. Luonnosteluvaiheessa on tarpeen selvittää, millaiset eri tekijät ja nä-

kökohtat ohjaavat tuotteistamista. Kuviossa neljä on tärkeimmät osa-alueet, jotka on hyvä selvittää tuotteen luonnosteluvaiheessa. (Jämsä & Manninen 2000, 43.)



Kuvio 4. Luonnostelua ohjaavat osa-alueet (Jämsä & Manninen 2000, 43.)

Tuotteen luonnosteluvaiheessa selvitimme kuviossa kolme mainitut osa-alueet. Perhepalvelut johtaa, organisoii ja kustantaa toimintakalenterin, vastaa sisällön istuttamisesta kalenterin alustaan sekä vastaa kalenterin ylläpidosta. Kainuulaisille lapsille, nuorille ja lapsiperheille toistuvia ryhmämuotoisia toimintoja tuottavat Kainuun maakunta -kuntayhtymä, Kainuun kunnat, Mannerheimin Lastensuojeluliitto sekä seurakunnat. Asiantuntijatieta saamme juuri toimintojen vetäjiltä, sillä he tietävät ajantasaisen tiedon siitä, mitä toiminnot pitävät sisällään. Asiantuntijatiellä ymmärrämme tässä työssä myös muiden ammattiryhmien hyödyntämisen, jotta lopullisesta tuotteesta saadaan asianmukainen ja Kainuun maakunta -kuntayhtymän ohjeiden ja säännösten mukainen. Arvoja ja periaatteita selvitimme Kainuun maakunnan osalta. Tuote tulee olemaan osa Kainuun maakunta -kuntayhtymän sähköisiä palveluita, joten sen tulee vastata maakunnan tarpeisiin ja olla maakunnan arvojen mukainen. Kainuun maakunta -kuntayhtymän palveluiden sähköistämisen osiossa olemme kuvanneet maakunnan tarpeita palveluiden sähköistämisen osalta.

Toimintaympäristönä oli aluksi Sotkamo. Laajensimme toimintaympäristön rajausta myöhemmin koskemaan koko Kainuun maakunta -kuntayhtymää eli kaikkia Kainuun kuntia. Toimintaympäristön laajentuminen oli tarpeellinen, sillä Kainuu pyrkii yhtenäistämään palve-

luitaan ja noudattaa toiminnassaan asiakkaan vapaan valinnan periaatetta, jonka mukaan asiakas saa vapaasti valita esimerkiksi hoitopaikkansa kuntarajoista riippumatta (Kainuun maakunnan terveystoimet). Myös osassa toistuvien ryhmämuotoisten toimintojen kohdalla on mahdollisuus käydä muualla, kuin oman kunnan tarjoamissa toiminnoissa, esimerkiksi tyttöjen vintillä ja Mama tree cafessa.

Säädöksiä ja ohjeita tulee valmiissa tuotteessa noudattaa tarkoin. Esimerkiksi kalenterin ulkoasun tulee noudattaa Kainuun maakunnan verkkosivujen ulkoasua. Tästä vastaa se organisaatio, jolta Kainuun maakunta ostaa toimintakalenterin alustan tekemisen. Sidosryhmillä tarkoitamme tässä työssä kaikkia niitä tahoja, jotka vaikuttavat projektiin eli tuotteen valmistumiseen (Vainio 2007). Sidosryhmiin luetaan tuotteen tilaaja, toimeksiantaja, tuotteen tulevat käyttäjät, verkkopalvelun ylläpidosta ja kehityksestä vastaavat henkilöt/tahot, opinnäytetyön tekijät sekä ohjaavat opettajat. Asiakasprofiilin määrittelimme heti opinnäytetyöprosessin alussa. Asiakasryhmän muodostavat kainuulaiset lapset, nuoret ja lapsiperheet. Työn laajuuden vuoksi emme voineet ottaa asiakasprofiiliin enää muita ryhmiä. Tuotteen valmistuttua on mahdollisuus arvioida ja kehittää tuotetta, jolloin myös asiakaskuntaa voidaan laajentaa. Tuotteen asiasisällön rajasimme koskemaan toistuvia ryhmämuotoisia toimintoja lapsille, nuorille ja lapsiperheille.

### **Lomakkeen tekeminen ja esitestaus**

Onnistunut kyselylomake on perusta laadukkaalle tutkimukselle. Tärkeimmiksi vaiheiksi nousee lomakkeen suunnittelu, kysymysten asettelu ja muotoilu sekä esitestaus. Testauksen merkitys on huomattavan suuri, sillä aineiston keräämisen jälkeen ei virheitä voi enää korjata. Testaajina voivat olla kollegat, ohjaajat tai perusjoukkoon kuuluvat henkilöt, jotka arvioivat mittarin toimivuutta, vastausohjeiden sekä kysymysten toimivuutta, selkeyttä ja yksiselitteisyyttä, lomakkeen vastaamiseen käytetyn ajan sopivuutta ja lomakkeen pituutta. Saatekirje sisältää tietoa tutkimuksesta ja mahtuu yhdelle sivulle. Sen perusteella tutkittavan on voitava päättää osallistuuko vai kieltäytykö tutkimuksesta. (Vilka 2007, 78.)

Esitestasimme standardoidun kyselylomakkeen ja saatekirjeen huhtikuussa, ennen varsinaista kyselyä. Testaukseen osallistui kolme, tutkimuksen ulkopuolisia, toistuvien ryhmämuotoisten lasten, nuorten ja lapsiperheiden toimintojen vetäjää. Informoimme heitä sähköpostilla opinnäytetyöstä ja kyselylomakkeen sekä saatekirjeen esitestaustarpeesta. Kaikki kolme esitestaukseen pyydettyä testasivat sekä lomakkeen että saatekirjeen. Saatekirje koettiin ymmär-



rettävänä ja selkeänä ja kyselylomakkeeseen tuli yhdeltä testaajalta parannusehdotuksia. Mielestämme ehdotukset olivat hyviä ja teimme niiden pohjalta kyselylomakkeeseen kaksi sana muutosta. Saimme myös esitestauksessa selville, että kyselyn täyttämiseen meni keskimäärin se aika, mikä saatekirjeessä oli mainittu. Emme katsoneet tarpeelliseksi enää toistaa esitestausta korjausten jälkeen, sillä korjausehdotuksia ja virheitä oli vähän.

### **Aineiston keruu**

Jokaiseen opinnäytetyöhön liittyy aineisto, joka täytyy kerätä. Aineiston keruumenetelmiä on useita ja niistä täytyy löytää omalle opinnäytetyölle sopiva. Aineistoa tarvitaan kunnollisten perustietojen saamiseen sillä ilman perustietoa ei voi kehittää mitään uutta. Myös sopivan aineiston keruumenetelmän löytämiseksi tarvitaan tietoa eri menetelmistä. Tutkijan tulee olla motivoitunut aineiston hankinnan suunnitteluun ja toteutukseen. Aineiston hankinnalla tulisi aina olla yhteys opinnäytetyön tavoitteisiin. Esimerkiksi, jos tavoitteena on tiedon lisääminen aiheesta, voidaan käyttää aineiston keruumenetelmänä haastattelua. (Hakala 2004, 109–114.) Tässä työssä haluttiin tehdä sähköinen kysely, koska tuleva toimintakalenteri on liitoksissa sähköisiin palveluihin.

Otantamenetelmänä käytimme ryväsotantaa. Ryväsotannan tutkimuskohteina ovat yleensä luonnollisesti muodostuvat ryhmät esimerkiksi koululuokat, organisaatiot ja kaupunginosat (Vilka 2007, 55). Työssä toistuvien ryhmämuotoisten toimintojen vetäjät muodostavat työssä luonnollisen ryhmän. Keräsimme aineiston touko-syyskuussa 2009 sähköpostitse lähetyllä standardoidulla kyselyllä, josta käytätämme tässä työssä nimeä kyselylomake (Liite 1). Uskomme tämän olevan hyvä näkökulma ajantasaisen tiedon saamiseen, koska Internet ja sähköposti ovat yleistyneitä työvälineitä. Standardoitu kysely tarkoittaa sitä, että kaikilta vastaajilta kysytään samat kysymykset, samalla tavalla ja samassa järjestyksessä (Vilka 2007, 28). Lomakkeen tavoitteena oli saada tietoa toistuvista ryhmämuotoisista toiminnoista Kainuun alueella. Kyselyt osoitimme toimintojen vetäjille, koska he tietävät mitä toiminto pitää sisällään. Kyselylomakkeen mukana lähettämässämme saatekirjeessä kerroimme kyselyn vastaajille, mitä varten kysely on ja mihin sillä pyritään (Liite 2). Koska kyseessä on sähköinen kysely, se tuo mukanaan omia etujaan ja haasteitaan. Kyselyyn vastaaja voi valita paikan, missä kyselyyn vastaa ja hän voi tehdä sen itselleen sopivaan aikaan. Paikka on vastaajalle luultavasti ennestään tuttu, joten se lisää kyselyn luotettavuutta. Haasteeksi voi nousta vastaajan motivaation vähyys kyselyä kohtaan, jolloin toimintakalenterin luotettavuus voi vähentyä. Kyse-

lystä sovimme Kainuun kuntien perhepalveluiden tiimijohtajien kanssa. Selvitimme myös toimeksiantajalta, että kyselylle ei tarvitse kirjallista lupaa.

Lähetimme yhteensä 58 sähköpostikyselyä. Sähköpostitse saimme takaisin vastaukset 11 eri henkilöltä. Yhdeltä henkilöltä saattoi olla useampia toimintojen kuvauksia. Saimme kaikista vastauksista yhteensä 30 toistuvan ryhmämuotoisen toiminnon kuvausta. Kyselyn saaneista henkilöistä kolme vastasi, että rajauksiin sopivaa toimintaa ei tällä hetkellä ole. Koska lähetimme saman yhteisön, esimerkiksi Mannerheimin Lastensuojeluliiton, usealle työntekijälle saman kyselyn, he keskenään olivat sopineet kuka kyselyyn vastaa. Tästä johtuen kaikki eivät siis vastanneet kyselyyn. Saimme osan vastauksista myös tiiminjohtajilta suoraan, sillä muutammat kyselyyn vastanneet olivat laittaneet suoraan tiiminjohtajille tiedon toistuvista ryhmämuotoisista toiminnoista. Tähän on voinut vaikuttaa se, että tiiminjohtaja on tuntenut hyvin kyselyyn vastaajan, jolloin vastaaja on halunnut välittää tiedon tuttavien kautta. Myös se on voinut vaikuttaa, että kyselylomaketta ei ole osattu täyttää tai kyselyn ohjeistus on jäänyt vastaajalle epäselväksi. On myös mahdollista, että vastaajat ovat laittaneet vastaukset tiiminjohtajalle, koska ne tulivat viimeisen palautuspäivämäärän jälkeen. Kyselylomakkeen saatekirjeessä annettiin mahdollisuus lisätietojen kysymiseen, mutta yhteydenottoja toimintojen vetäjiltä ei tullut yhtään.

### **Deduktiivinen sisällön analyysi**

Aineiston käsittelymenetelmät voidaan karkeasti jakaa teoria- ja aineistolähtöisiin menetelmiin. Teorialähtöinen menetelmä tarjoaa enemmän mahdollisuuksia selkeään työskentelyyn kun taas aineistolähtöinen menetelmä vaatii tutustumista eri menetelmiin ja niiden soveltamiseen. (Hakala 2004, 113–114.) Tämä opinnäytetyö on tuotteistettu prosessi, joka muistuttaa teorialähtöistä eli deduktiivista tutkimusta. Tästä johtuen sisällön analyysi menetelmäksi valittiin deduktiivinen menetelmä, joka sopii parhaiten työllemme.

Teorialähtöisessä tutkimuksessa tutkimusaineiston kerääminen, aineiston käsittely, analysointi ja tulkinta ovat kaikki erillisiä vaiheita. Aineiston käsittely alkaa, kun aineisto on saatu koottua jollakin menetelmällä, esimerkiksi kyselyllä. Käsittely tarkoittaa kyselyllä saadun tiedon tarkistamista, tietojen syöttämistä ja tallentamista sellaiseen muotoon, josta sitä voidaan numeraalisesti tutkia. (Vilkkä 2007, 106.) Deduktiivinen sisällön analyysi nojautuu tiettyyn teoriallamalliin. Tutkimuksessa tulee kuvata teoria, jonka mukaan määritellään tutkimuksen kan-

nalta oleelliset käsitteet. (Tuomi & Sarajärvi 2002, 97–99.) Tämä tutkimus alkoi teorian kirjoittamisesta, minkä pohjalta työn keskeiset käsitteet nousivat ja kyselylomake muodostui.

Käsittelimme kyselyllä saadut vastaukset ja poistimme sieltä opinnäytetyön rajoituksen ulkopuolelle jäävät vastaukset. Ulkopuolelle jääviä vastauksia oli kaksi kappaletta, päivähoitopalveluista ja nuorisotalon aukioloajoista. Näiden vastausten poistamisesta kävimme keskustelua työn tilaajan kanssa. Näiden vastausten poistaminen ei vaikuta työn luotettavuuteen, sillä nämä jäivät työmme rajausten ulkopuolelle.

Kirjoitimme vastauksista saadut tiedot Word-ohjelmalla sähköisen toimintakalenterin alustaan istutettavaan muotoon (Liite 3). Pyrimme saamaan tekstistä selkeän, informatiivisen, loogisesti etenevän ja helposti luettavan. Emme halunneet myöskään laittaa mitään ylimääräistä, turhaa tietoa ja sen vuoksi kysyimme kyselyssä vain työmme kannalta oleelliset kysymykset. Saatua vastauksia ei ollut järkevää tutkia numeraalisesti, sillä jokainen vastaus on erilainen. Siispä työmme kohdalla valtuudet loppuu aineiston analysoinnin suhteen tähän vaiheeseen. Kainuun maakunta -kuntayhtymä ostaa sähköisen toimintakalenterin alustan tekemisen maakunnan Internet sivuille ulkopuolisilta, joten emme tiedä millainen valmis kalenteri tulee olemaan, millaiset fontit, asetelut tai aineiston erittely on kalenterissa mahdollista. Myös tiedon istuttamisen toimintakalenterin alustaan tekee ulkopuolinen henkilö, joka hyödyntää tekemiämme kuvauksia toistuvista ryhmämuotoisista toiminnoista.

#### 6.4 Tuotteen kehittäminen

Tuotteen kehittäminen lähtee liikkeelle luonnosteluvaiheessa tehtyjen rajausten, periaatteiden ratkaisuvaihtoehtojen ja asiantuntijayhteistyön mukaisesti. Useat sosiaali- ja terveysalan tuotteet on tarkoitettu tiedon välittämiseen. Keskeisin sisältö muodostuu silloin tosiasioista, jotka ovat ilmaistu mahdollisimman täsmällisesti ja ymmärrettävästi huomioiden aina vastaanottajan tiedon tarve. Ongelmakohdiksi nousevat tällaisissa tuotteissa asiasisällön valinta ja määrä sekä tiedon vanhentuminen tai muuttuminen. Sosiaali- ja terveysala on yhä enenevässä määrin siirtymässä www-pohjaiseen tiedonvälitykseen, mikä on ennen pitkää kaikkein taloudellisin. Nopein tapa lisätä sosiaali- ja terveysalan ammattilaisten teknistä osaamista, on tuot-

taa materiaali yhteistyössä tietotekniikan asiantuntijoiden kanssa. (Jämsä & Manninen 2000, 54, 62–63.)

Tuotteen kehittämisestä vastaa opinnäytetyömme tilaaja Kainuun maakunta -kuntayhtymän seutu II perhekeskuksen tiimijohtaja Maila Moilanen. Kainuun maakunta ostaa ostopalveluna lopullisen sähköisen toimintakalenterin alustan tekemisen Kainuun maakunta -kuntayhtymän Internet sivustolle. Opinnäytetyömme tilaaja ei ole vielä päättänyt, kuka meidän kokoaman tiedon lopulta valmiiseen sähköiseen toimintakalenterin alustalle istuttaa eli kirjoittaa. Alustavasti olemme käyneet keskustelua myös siitä, miten tuote saadaan pysymään ajan tasalla ja kuinka ja kuka sitä muokkaa asiakkaiden muuttuviin tarpeisiin vastaavaksi. Vaihtoehtoina on, että sähköiseen toimintakalenteriin pääsisi tunnuksilla lisäämään ja poistamaan toistuvia ryhmämuotoisia toimintoja. Tunnukset voisivat tulla esimerkiksi Kainuun maakunta -kuntayhtymän perhekeskusten tiimijohtajille, jotka voisivat lisätä oman alueensa toistuvat ryhmämuotoiset toiminnot lapsiperheille. Kalenterin rakenteellisista ominaisuuksista on käyty keskustelua toimeksiantajan kanssa. Tavoitteena on saada kalenteriin ominaisuus, jonka mukaan voi valita kunnan, josta toimintoja haluaa katsoa. Toiminnot erotellaan vielä kunnittain viikompäivien ja kellonaikojen mukaan, mikäli se vain on mahdollista toteuttaa. Kalenterin yhteyteen on suunniteltu listaa yksittäisistä tapahtumista sekä linkki muun muassa Kainuun Liikunnan Internet sivuille. Myös kävijälaskuri ja palautteenanto mahdollisuus ovat suunnitteilla.

## 6.5 Tuotteen viimeistely

Kehittelyn erivaiheissa tarvitaan arviointia ja palautetta. Tuote kannattaa koekäyttää tai esiteltä sen valmisteluvaiheessa. Koekäyttäjinä voi olla esimerkiksi tuotekehitysprosessiin osallistuneet henkilöt, tuotteen tilaajat tai asiakkaat. Tuoteprosessiin osallistuneilta henkilöiltä palaute voi olla paljon positiivisempaa ja rohkaisevampaa kuin tuotteen loppukäyttäjiltä, sillä he eivät tunne tuotetta ennestään. Kun palautetta on saatu, käynnistyy tuotteen viimeistely. Se voi sisältää tuotteen yksityiskohtien työstämistä, päivittämisen suunnittelua, jakelun suunnittelua ja markkinointia. (Jämsä & Manninen 2000, 80- 81.)

Tuotteen lopullisesta viimeistelystä vastaa opinnäytetyömme tilaaja. Kalenterin ulkoasusta vastaa se taho, jolta Kainuun maakunta -kuntayhtymä ostaa kalenterin alustan tekemisen. Olemme esitestanneet tuottamamme tiedon aiheen tilaajalla. Tässä esitestauksessa ei noussut

esille parannusehdotuksia. Mikäli olisimme esitettäneet tuottamamme tiedon tuotteen ulkopuolisella henkilöllä, jolle tieto on aivan uutta, olisimme voineet saada kriittisempää palautetta ja parannusehdotuksia. Katsoimme kuitenkin ulkopuolisilla testaamisen tarpeettomaksi, sillä tietoa on mahdollista muokata vielä kalenteriin istuttamisen jälkeenkin. Myös se vaikutti päätökseemme, että osa keräämästämme tiedosta voi muuttua, ennen kuin se edes ennättää sähköiseen toimintakalenteriin.

## 6.6 Tulokset

Tulokset tulee esittää selkeänä kokonaisuutena. Tulososiossa esitellään ja vertaillaan saavutettuja tuloksia toisiin samantapaisiin tutkimuksiin. Tuloksien esilletuomisessa tulisi välttää epäloogisuutta, sillä aineisto on lukijalle vieraampi kuin tutkijalle. Tutkijan tehtävänä on analysoida tulokset niin hyvin, että lukijan ei tarvitse tehdä omia analyysejä. (Hakala 2004, 132–133.) Tuotteemme on osakokonaisuus eli yksi osa tulevaa tuotetta. Tuloksena on tieto toistuvista ryhmämuotoisista toiminnoista, joita Kainuun maakunta -kuntayhtymä, Kainuun kunnat, Mannerheimin lastensuojeluliitto ja seurakunnat järjestävät kainuulaisille lapsille, nuorille ja lapsiperheille. Nämä tiedot eli tulokset auttavat lopullisen sähköisen toimintakalenterin valmistumista. Tuleva tuote eli kainuulaisten lapsiperheiden sähköinen toimintakalenteri tulee valmistuessaan löytymään maakunnan Internet-sivuilta, jossa se on kaikkien kainuulaisten sekä maakunnan työntekijöiden käytettävissä.

## 7 POHDINTA

Halusimme opinnäytetyöllämme helpottaa kainuulaisten lapsiperheiden toistuvienryhmämuotoisten toimintojen helposti löydettävyyttä. Sen vuoksi työn tavoitteena oli kehittää kainuulaisten lasten, nuorten ja lapsiperheiden toistuvien ryhmämuotoisten toimintojen helposti löydettävyyttä maakunnan Internet sivuilta.

Kaikilla tutkimuksilla tulee olla tarkoitus. Tarkoitus voi olla joko selittävä, kuvaileva, kartoitettava, vertaileva tai ennustava. (Vilkkä 2007, 19.) Työmme tarkoitus oli kartoittava, jolloin tavoitteena oli etsiä työllemme uusia näkökulmia. Lapsiperheille on Kainuussa tarjolla monenlaisia toimintoja, mutta tieto näistä toiminnoista on hajallaan. Tästä syystä työn tarkoituksiksi muodostui kartoittaa Kainuun maakunta -kuntayhtymän, Kainuun kuntien, Mannerheimin lastensuojeluliiton ja seurakuntien järjestämät lasten, nuorten ja lapsiperheiden toistuvat ryhmämuotoiset toiminnot ja koota toimintojen tiedot sähköiseen toimintakalenteriin istutettavaan muotoon. Kehittämistehtävänä opinnäytetyöllämme oli koota tekeillä olevaan Kainuun maakunta -kuntayhtymän lapsiperheiden sähköiseen toimintakalenteriin sisältö.

Aiheen valinta on yksi tärkeimmistä tehtävistä opinnäytetyötä tehdessä, sen vuoksi sitä tulee pohtia huolellisesti. Hyvä aihe on hyvän opinnäytetyön edellytys. Aiheen valinta on prosessi, joka syntyy monien neuvotteluiden ja oman harkinnan jälkeen. Aihe voi muodostua monella eri tapaa ja sen voi saada, löytää tai keksiä. Ei ole olemassa sääntöjä, miten löytäisi hyvän tutkimusaiheen. Hyvän aiheen kriteereitä ovat aiheen kiinnostavuus, sopivuus opiskeltavalle tieteenalalle, aiheen yhteiskunnallinen tai tieteensisäinen merkitys, opettavuus ja aiheen toteutettavuus. Myös aiheeseen liittyvä tiedon laajuus, taloudellinen mahdollisuus ja omien kykyjen ja kokemusten esiin pääsevyys kuuluvat hyvän aiheen kriteereihin. (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2007, 66–80.) Halusimme kumpikin sellaisen aiheen, mikä kiinnostaa meitä itseä. Siten päädyimme tekemään opinnäytetyön yhdessä. Aloitimme opinnäytetyöprosessin tekemisen toukokuussa 2008 valitsemalla aiheen ja tutustumalla opinnäytetyöprosessiin. Kun olimme valinneet tämän aiheen, halusimme tavata aiheen tilaajan. Lehtori Teija Ravelin lupasi tulla kanssamme keskustelemaan aiheen sopivuudesta. Katsoimme aiheen kaikille osapuolille sopivaksi ja mahdolliseksi toteuttaa. Hyvän aiheen kriteerit täyttyivät.

Yhdessä toimeksiantajan kanssa tutustuimme jo olemassa oleviin sähköisiin kalentereihin, jotta osaisimme hahmottaa mitä olimme aloittamassa työstämään. Tällä tavoin suunnitte-

limme alustavasti tulevaa toimintakalenteria, jotta saisimme työn vastaamaan toimeksiantajan toiveita. Katsoimme muun muassa Kainuun liikunnan sekä Espoon ja Turun kaupunkien sähköisiä toimintakalentereita.

Teimme alkuun opinnäytetyötä yhteistyössä tradenomiopiskelija Anne-Mari Sirviön kanssa, joka teki suunnitelman opinnäytetyön sähköisestä toimintakalenterista. Opinnäytetyön tilaaja Maila Moilanen auttoi meitä opinnäytetyön etenemisessä ja hän myös esitteli meille opinnäytetyöhön liittyviä yhteistyökumppaneita. Opinnäytetyön ohjaava opettajamme Seija Siivola sekä pienryhmän koordinoiva opettaja Sirkka-Liisa Niskanen auttoivat opinnäytetyömme laadun, sisällön ja kokonaisuuden arvioinnissa sekä ohjasivat työtämme eteenpäin.

Olemme työstäneet työtä aiheanalyysi ja suunnitelmavaiheessa tiiviisti yhdessä, mutta nyt tämän opinnäytetyön tekemiseen yhteisen ajan löytyminen on ollut hankalampaa. Siispä olemme tehneet työtä pääasiassa vuorotellen välittäen työtä sähköpostin avulla toisillemme. Sähköisesti annoimme neuvoja toisillemme ja keskustelimme työn etenemisestä.

## 7.1 Eettisyys ja luotettavuus

Etiikka on osa jokapäiväistä elämää. Se tulee ilmi tilanteissa, jossa ihminen pohtii suhtautumistaan niin omiin kuin toisten ihmisten tekemisiin, mitä saa tehdä, mitä ei ja miksi. Jokainen valinta sisältää niin positiivisia kuin negatiivisiakin piirteitä, riippuen katsotusta näkökulmasta. Eettistä ajattelua on pohtia omien arvojen sekä yhteisön arvojen kautta sitä, mikä on oikein ja mikä väärin. Tutkimuksessa tutkijat itse tekevät lopulta omaan tutkimustyöhön liittyvät eettiset ratkaisut ja vastaavat niistä. (Kuula 2006, 21, 26.) Työssämme jo aiheen rajausta oli eettinen. Aluksi työn oli tarkoitus koskea vain Sotkamo, mutta katsoimme eettisesti oikeammaksi laajentaa aiheen koskemaan kaikkia Kainuun kuntia. Tämä aiheen rajauksen laajentaminen on vastaa paremmin Kainuun maakunta -kuntayhtymän arvoja, kuin että olisimme ottaneet tutkimukseen mukaan pelkästään Sotkamon kunnan.

Laadukas tutkimus vaatii onnistuakseen luotettavien vastausten saamisen tutkimuskysymyksiin, joista tässä tutkimuksessa käytetään nimeä kehittämistehtävä (Heikkilä 2008, 29–32). Opinnäytetyömme kehittämistehtävä; koota tekeillä olevaan Kainuun maakunta -kuntayhtymän lapsiperheiden sähköiseen toimintakalenteriin sisältö, nousi työelämäohjaajamme toiveista opinnäytetyömme sisällön suhteen.

Tutkimus tulisi tehdä puolueettomasti ja rehellisesti. Tutkimuksesta ei saisi aiheutua haittaa vastaajille. Hyvän tutkimuksen perusvaatimuksia ovat muun muassa validiteetti, reliabiliteetti, objektiivisuus, taloudellisuus, hyödyllisyys ja käyttökelpoisuus sekä sopiva aikataulu. (Heikkilä 2008, 29–32.)

**Validiteetillä** (pätevyydellä) pyritään siihen, että tutkimus mittaa juuri sitä, mitä sillä oli tarkoitus selvittää. Täsmälliset ja selkeät tavoitteet auttavat tutkijaa selvittämään oikeita asioita. (Heikkilä 2008, 29–30.) Kyselylomakkeemme oli validi, sillä lomakkeella kysyttiin tutkimuksen kannalta oikeita asioita, yksiselitteisesti. Määrittelimme tutkimukseen vastaajat tarkoin ja se lisää tutkimuksen validiteettiä eli pätevyyttä. Toisaalta pätevyyttä vähentää se, että emme voineet ottaa tutkimukseen kaikkia lasten, nuorten ja lapsiperheiden toistuvia ryhmämuotoisia toimintoja. Tutkimuksen rajauksen ulkopuolelle jäi muun muassa liikunta seurat, koska heillä on jo ennestään oma, kattava toimintakalenteri Internetissä. Kainuulaisten lapsiperheiden sähköisen toimintakalenterin yhteyteen tulee kuitenkin linkit, joista pääsee suoraan esimerkiksi Kainuun liikunnan toimintakalenteriin.

**Reliabiliteettia** (luotettavuutta) lisää tutkijan tarkkuus ja kriittisyys tutkimuksen joka vaiheessa. Tietojen keräämisessä, syöttäessä, käsiteltäessä ja tuloksien tulkitsemisessä voi tapahtua virheitä, jotka vaikuttavat tutkimuksen luotettavuuteen. Tulokset täytyy ilmoittaa tarkasti ja ne eivät saa olla sattumanvaraisia. (Heikkilä 2008, 30.) Pyrimme olemaan tarkkoja opinnäytetyön alusta alkaen. Kirjasimme ylös kaiken, mitä ajattelimme vielä tarvitsevan opinnäytetyön edetessä ja säilytimme opinnäytetyöprosessin etenemiseen liittyviä sähköposteja. Kriittisyys kasvoi opinnäytetyön edetessä. Opimme kiinnittämään enemmän huomiota kirjallisuuteen ja siihen miten lauseet tulee kirjoittaa, jottei niiden asiasisältö muutu.

Opinnäytetyön aineiston keräämiseen emme tarvinneet kirjallista lupaa, vaan sovimme siitä suullisesti ja sähköpostin välityksellä Kainuun perhepalveluiden tiimijohtajien kanssa. Pidimme kirjaa siitä, kenelle olimme kyselyn laittaneet ja ketkä siihen vastasivat. Säilytimme vastanneiden yhteystiedot luottamuksellisesti mahdollisten lisäkysymysten esittämisen tarpeellisuuden varalta. Kahteen toimintoon kysyttiin jälkikäteen lisätietoja lähinnä aikataulujen osalta, koska toiminnon vetäjän vastattaessa kyselyyn eivät nämä tiedot olleet vielä heillä itselläkään varmaksi tiedossa. Säilytimme myös vastaukset, joissa kerrottiin, ettei kalenterin



rajausta vastaavaa toimintaa ole tarjottavana. Opinnäytetyön valmistuttaessa hävitämme saadut aineistot.

**Objektiivisuus** (puolueettomuus) tarkoittaa, että tutkimuksen tulokset esitetään ilman tulkijan tulkinnat sekä esittämis- ja kirjoittamistapa vaikuttavat niihin. Tutkimuksen tilaajan tai rahoittajan toivomukset eivät saa vaikuttaa tulosten esittämiseen. (Vilkkä 2007, 160.) Opinnäytetyössä objektiivisuus tulee hyvin esille tuloksissa. Olemme pyrkineet omalla toiminnalla säilyttämään tulkinnan mahdollisimman samanlaisena, kuin mitä se on vastatuissa kyselyissä. Emme ole tehneet omia oletuksia, vaan kirjoitimme vain ne asiat, mitä vastauksissa tuli esille. Tämä lisää tutkimuksen luotettavuutta ja puolueettomuutta. Tuotteen tilaajan mielipiteen eivät myöskään ole vaikuttaneet tulosten esittämiseen.

**Taloudellisuuden** avulla voidaan myös arvioida tutkimusta. Tutkimusta voidaan pitää taloudellisena kun sen kustannukset ja hyöty ovat oikeassa suhteessa keskenään. Tulee kuitenkin muistaa, että tutkimuksen laajuudessa ei tule säästää. Säästäminen väärissä asioissa voi koitua tutkimuksen kohtaloksi. (Heikkilä 2008, 31.) Tutkimustamme voi sanoa taloudelliseksi, koska teemme vain osan tuotetta, jolloin kustannukset pysyvät pieninä. Kustannukset työssämme tulevat lähinnä tulostuskustannuksista sekä töiden kansituksista. Taloudellisuutta mietittäessä lopullisen sähköisen toimintakalenterin kannalta kustannuksia kuitenkin tulee. Tarkkoja kustannuslaskelmia ei vielä tiedetä. Työelämäohjaaja Maila Moilasen mukaan maksuttomia alustoja sähköiselle toimintakalenterille ei ole. Lopullisen budjetin varaamiseen tulee toimintakalenterin sähköisen alustan tekeminen kilpailuttaa. On myös mahdollista, että kertahankinnan lisäksi sähköiseen toimintakalenteriin tulee ylläpitomaksu.

**Hyödyllisyydellä** tarkoitetaan tuotteen kykyä toimia annetussa tehtävässä ja **Käytettävyydellä** taas kuvataan, miten tuotteen toimintakyvyn voi sen käyttäjä toteuttaa. Nämä kaksi yhdessä muodostavat tuotteen kelpoisuuden, mikä taas lisää tuotteen hyväksyttävyyttä. (Nielsen 1993.) Työmme tarkoituksemme oli työelämäohjaajamme toiveiden mukaan kartoittaa Kainuun maakunta -kuntayhtymän, Kainuun kuntien, Mannerheimin lastensuojeluliiton ja seurakuntien järjestämät lasten, nuorten ja lapsiperheiden toistuvat ryhmämuotoiset toiminnot ja koota toimintojen tiedot sähköiseen toimintakalenteriin istutettavaan muotoon. Pohdimme yhdessä millainen tämä toimintojen tietojen istutettava muoto olisi, jotta se olisi käytännössä mahdollisimman toimiva. Olemme pyrkineet esittämään tiedot siten, että siitä kävisi selkeästi esille kaikki tarpeelliset tiedot kuvatussta toiminnosta. Tuotteen varsinaista arviointia

eli kykyä toimia käytännössä emme ole voineet toteuttaa, koska lopullinen tuote eli kainuulaisten lapsiperheiden sähköinen toimintakalenteri ei vielä ole valmis.

**Sopiva aikataulutus** on edellytys työn onnistumiselle. Tärkeintä on tehdä suunnitelma ja aikataulu, joiden toteuttaminen ei tunnu mahdottomalta. (Väliaverron 2002, 84.) Työmme esitys ja valmistuminen viivästyi, koska emme halunneet pilata työtämme kiireen vuoksi. Työstä olisi näkynyt sen keskeneräisyys ja työn luotettavuus olisi voinut kärsiä. Kiireen vuoksi myös työn hyödyllisyys ja käyttökelpoisuus olisi voinut kärsiä.

**Lähdekritiikki.** Tutkimuksessa mahdollisesti käytettäviä lähteitä ja aineistoja tulee arvioida kriittisesti ennen niiden käyttämistä. Lähdekritiikki on tärkeä asia tutkimuksessa, sillä lähteiden ja aineiston laadulla on suora vaikutus luotettavuuteen. (Vilkkä 2007, 34.) Kaikista käytetyistä lähteistä tulee olla asianmukainen viittaus (Kuula 2006, 69). Olemme pyrkineet käyttämään opinnäytetyössämme vain ajantasaisia ja luotettavia lähteitä.

Tutkijan tulee parhaan kykynsä mukaan noudattaa omassa tutkimustyössään yhteisesti sovittuja periaatteita. Periaatteita ovat muun muassa rehellisyys, kriittisyys ja avoimuus. (Kuula 2006, 28.) Olemme opinnäytetyön koko prosessin ajan pyrkineet rehellisyyteen, avoimuuteen ja kriittisyyteen. Teoriaa kirjoittaessa emme ole plagioineet eli esittäneet toisten tekstiä omana tekstinämme, vaan olemme antaneet toisten teksteille sen ansaitseman arvon. Lähteet olemme pyrkineet kirjaamaan luotettavasti ja oikein, jättämättä mitään käyttämäämme lähdettä pois. Avoimuuteen olemme pyrkineet työn tilaajan kuin ohjaavien opettajienkin kanssa. Avoimuuden myötä olemme saaneet työstämme luotettavamman ja työelämän tarpeisiin paremmin vastaavan. Olemme pyrkineet olemaan avoimia eri vaihtoehtojen suhteen, mitä opinnäytetyön prosessin aikana on tullut eteemme. Se on auttanut meitä huomaamaan, kuinka eri vaihtoehdot esimerkiksi kyselyn suhteen voivat vaikuttaa työn etenemiseen, aineiston saamiseen sekä luotettavuuteen. Rehellisyyteen on täytynyt kiinnittää todella paljon huomiota. Kaikki mitä työhön kirjoitimme, tuli pohtia onko se näin, eihän varmasti ilmaista asiaa väärin ja epäluotettavasti. Olemme myös pyrkineet raportoimaan työn vaiheet yksityiskohtaisesti, mikä lisää työn luotettavuutta ja rehellisyyttä. Olemme käyttäneet muutamia vanhoja lähteitä sen vuoksi, että emme ole halunneet käyttää toissijaisia lähteitä. Muun muassa Guy Bäckmania käytimme, koska sitä oli käytetty Stakesin julkaisussa: terveysvaikutusten arviointi ja halusimme käyttää ensisijaisista lähdettä. Olemme ottaneet joukkoon myös uudempia lähteitä samasta asiasta, jolloin emme näe vanhan lähteen vaikuttavan työn luotettavuuteen.

**Tutkittavien informointi** on todella tärkeää sillä, kyselyyn vastaaja päättää tutkimukseen osallistumisesta sen informaation avulla, jolla häntä tutkimukseen houkutellaan. Tutkittavan tulisi saada tietää kuvaus tutkimusaiheesta, tutkimusaineiston käsittelystä ja aineiston kohtalosta, tutkimuksen tavoitteesta ja tarkoituksesta. (Kuula 2006, 99–101.) Lähetimme kyselylomakkeen mukana saatekirjeen, jossa kerroimme ketä olemme, mitä olemme tekemässä ja mikä opinnäytetyön tarkoituksena ja tavoitteena on. Mainitsimme myös, että annettuja tietoja voi myöhemmin vielä muuttaa, jos tarve niin vaatii. Koemme kuitenkin, että saatekirjeemme olisi voinut olla vieläkin informatiivisempi. Havaitsimme ettei siinä tullut esille tietoa vastaamisen vapaaehtoisuudesta, mikä on voinut vaikuttaa jonkun vastaajan päätökseen kyselyyn vastaamisesta. Tässä asiassa olisimme voineet toimia eritavalla, jolloin saatekirjeestä olisi saatu eettisesti oikeaoppisempi.

## 7.2 Ammatillinen kasvu ja kehitys

Opinnäytetyö on merkittävässä asemassa ajatellen opiskelijan asiantuntijuuden kasvua ja kehitystä. Työssä ilmenevät ammatillinen tieto, taito ja osaaminen. Tutkimustyö opettaa muun muassa itsenäistä tiedon hankintaa, tutkimuksellista ajattelutapaa ja tulosten kirjallista esittämistä sekä projektityöskentelyä ja ongelmien ratkaisutaitoja. Työn tekeminen antaa tilaa myös luovuudelle ja kokeilulle sekä opettaa tekijälleen kriittisyyttä. (Heikkilä 2008, 27.) Opinnäytetyöprosessi on vaativa, mutta todella palkitseva. Ammatillinen kasvu ja kehitys ovat havaittavissa, kun tarkastelee työmme etenemistä aiheanalyysi vaiheesta valmiiseen opinnäytetyöhön.

Ammattikorkeakoulu lain (9.5.2003/351) neljännen pykälän mukaan ”Ammattikorkeakoulujen tehtävänä on antaa työelämän ja sen kehittämisen vaatimuksiin sekä tutkimukseen, taiteellisiin ja sivistyksellisiin lähtökohtiin perustuvaa korkeakouluopetusta ammatillisiin asiantuntijatehtäviin, tukea yksilön ammatillista kasvua ja harjoittaa ammattikorkeakouluopetusta palvelevaa sekä työelämää ja aluekehitystä tukevaa ja alueen elinkeinorakenteen huomioon ottavaa soveltavaa tutkimus- ja kehitystyötä sekä taiteellista toimintaa.” Olemme saaneet paljon tietoa ja taitoa tutkimuksen tekemiseen. Myös yleiset työelämävalmiudet, ovat kehittyneet huimaa vauhtia. Yleisiin työelämävalmiuksiin kuuluvat neljä osa-aluetta, jotka ovat elämänhallinta, kommunikointitaito, ihmisten ja tehtävien johtaminen sekä innovaatioiden ja muu-

tosten hallinta (Haarala, Kemppainen ja Kyrönlahti 2008, 9). Nämä kaikki osa-alueet ovat kehittyneet ja saaneet vahvistusta.

Elämänhallintataitoihin kuuluvat Haaralan ym.(2008, 9.) mukaan oppimisen taito, kyky organisoida ja hallita ajankäyttöä, henkilökohtaiset vahvuudet sekä ongelmanratkaisutaito ja analyttisyys. Tarkasteltaessa näitä ominaisuuksia oppimisen taito on omalla kohdallamme syventynyt. Koemme, että ymmärrämme yhä laajemmin sosiaali- ja terveydenhuollon merkityksen erityisesti terveydenhoitajan työssä. Terveydenhoitajan toiminta pohjautuu isoihin strategioihin, kuten terveys 2015 -kansanterveysohjelmaan. Ohjelman pohjalta esimerkiksi kunnat suunnittelevat omat kuntakohtaiset strategisets tavoitteet huomioiden kunnan tarpeet erilaisten arvioiden ja tutkimusten pohjalta. Terveydenhoitajana tulee olla tietoinen oman työskentely kuntansa strategisista tavoitteista muun muassa terveyden edistämisen suhteen, jotta osaa perustella työtänsä ja tietää miksi mitään tehdään. Ongelmanratkaisutaitoja on myös saanut käyttää ja kehittää työn aikana. Se auttaa omalta osaltaan tekemään päätöksiä ja perustelemaan omat valintansa myös tulevaisuudessa, työelämässä. Erityisesti perustelutaidot ovat kehittyneet ja se on terveydenhoitajan ammatin kannalta oleellista. Päätökset tulee osata ja voida perustella hyvin asiakkaille. Ei voi vain sanoa, että mitataan verenpaine uudestaan viikon kuluttua, vaan tulee osata perustella miksi se on tärkeää mitata.

Haarala ym.(2008, 9.) jakavat kommunikaation vuorovaikutustaitoon, kuuntelutaitoon, suulliseen ja kirjalliseen viestintätaitoon sekä sähköisen viestinnän taitoon. Vuorovaikutustaidot ovat saaneet opinnäytetyöprosessia keskeisen osan. Kaikki vuorovaikutuksen osa-alueet ovat kehittyneet. Työn kannalta on ollut todella tärkeää kuunnella niin toimeksiantajaa kuin ohjaavia opettajia ja muita palautetta antavia henkilöitä, jotta olemme päässeet valmiiseen työhön. Kuuntelutaidoilla on suuri merkitys siihen, vastaako työ sille asetettuja tavoitteita ja odotuksia. Mielestämme olemme saaneet työstä työelämää palvelevan ja odotuksia vastaavan. Kirjalliset viestintä taidot olivat työn alussa heikommat mitä nyt. Kirjoittaminen on nyt paljon luontevampaa ja sujuvampaa. Myös sähköiseen viestintään on täytynyt perehtyä ja se tuo mukanaan omia haasteita. Olemme joutuneet miettimään olemmeko aina ilmaisseet kysymyksemme ja ajatuksemme esimerkiksi toimeksiantajalle niin, että hän sähköpostiviestistä ymmärtää mitä tarkoitamme. Sähköisessä viestinnässä olemme oppineet kiinnittämään huomiota lauserakenteisiin ja siihen, mitä voimme kysyä muun muassa sähköpostin välityksellä ja mitkä asiat on hyvä hoitaa kasvotusten.

Ihmisten ja tehtävien johtamiseen kuuluvat koordinointi kyky, päätöksentekotaito, johtamistaito, taito hallita konflikteja ja suunnittelu ja organisointikyky (Haarala ym. 2008, 9). Työssä on myös täytynyt opetella koordinoimaan tehtäviä ja tekemään päätöksiä. Suunnittelu ja organisaatiokyky ovat todella tärkeitä elementtejä työn teossa ja niiden toimiessa työnteko sujuu. Työtä tehdessä sai harjoitella myös johtamistaitoja, sillä jonkun on aina johdettava työn etenemistä ja tehtävä päätöksiä sen suhteen. Suunnittelu ja organisointikykyämme ovat vahvistuneet opinnäytetyöprosessin myötä. Meidän on täytynyt luoda jo aiheanalyysivaiheessa alustava suunnitelma siitä, miten opinnäytetyömme tulee etenemään. Tiedossa on ollut välietappeja, kuten aiheanalyysin ja opinnäytetyösuunnitelman palautus, joista olemme pitäneet tiukasti kiinni. Opinnäytetyön tekeminen muiden koulutehtävien rinnalla on toisinaan tuntunut kovin haasteelliselta ja aikataulut on välillä siitäkin syystä päässyt lipsumaan. Prosessi on iso ja pitkäkestoinen, josta johtuen myös mielenkiinnon ylläpitäminen työtä kohtaan ei aina pysy korkealla. Välillä on ollut helpompi jättää työ joksikin aikaa syrjään, kun että olisimme sitä väkisin yrittäneet työstää eteenpäin. Olemme oppineet, että suunnitelmallisuus isojen prosessien alussa on tärkeää kokonaisuuden hahmottamiseksi. Suunnitelmatkin pettävät joskus, mutta se ei useinkaan vaikuta työn lopulliseen laatuun. Suunnitelmaa luotaessa on pyrittävä jättämään sinne pientä pelivaraa, millä voidaan myöhemmin korjata pieniä aikataulun myöhästymisiä. Uskomme, että jos vastaavanlainen prosessi alkaisi uudestaan, osaisimme luoda yksityiskohtaisemman suunnitelman prosessin kulusta ja olisimme tarkempia pitämään siitä kiinni.

Innovaatioiden ja muutostenhallintaan liittyvät hahmottamiskyky, luovuus, innovatiivisuus, muutosherkkyys, riskinotto kyky sekä visiointikyky (Haarala ym. 2008, 9). Otimme tavallaan jo riskin valitessamme tuotteistetun opinnäytetyön. Koulussa emme olleet käyneet tuotteistamista millään tavalla, joten meidän täytyi opiskella todella paljon, jotta pystyimme tekemään työmme. Visiointikykyä olemme työn ohessa myös tarvinneet, että olemme osanneet kuvitella jo valmiin toimintakalenterin ja suunnitella sen perusteella työtämme. Muutoksia ei työmme aikana juurikaan tullut joten koemme päässeemme suhteellisen helpolla. Isot muutokset lopullisen tuotteen valmistukseen olisi voinut vaikuttaa meidän työhömmme.

### 7.3 Jatkotutkimusaiheet

Tuotteen arviointia emme voineet toteuttaa, koska lopullinen tuote ei vielä ole valmis. Jatkotutkimus aiheeksi nousee tuotteen arviointi ja mahdollinen kehittäminen. Kainuun maakunta-kuntayhtymä pystyy valmistamaan tuotteen lopulliseen muotoon, kun tieto toistuvista ryhmämuotoisista toiminnoista, joita Kainuun maakunta -kuntayhtymä, Kainuun kunnat, Mannerheimin lastensuojeluliitto ja seurakunnat järjestävät kainuulaisille lapsiperheille, on sähköiseen toimintakalenteriin istutettavassa muodossa.

## LÄHTEET

- Aaltonen, M., Ojanen, T., Sivén, T., Vihunen, R. & Vilén, M. 2000. Lapsen aika. Juva: WSOY.
- Bäckman, G. 1987. Yksilö, lähiympäristö ja terveys. Juva: WSOY:n graafiset laitokset.
- Haarala, P., Kemppainen, E. & Kyrölähti, E. 2008. Terveystenhoitajan ammatillisen osaamisen tunnistaminen. Helsinki: Suomen Terveystenhoitajaliitto
- Hakala, J. 2004. Opinnäyteopas ammattikorkeakouluille. Helsinki: Gaudeamus.
- Haverinen, R., Lehto, J., Mikkola, T., Perttilä, K. & Winell, K. 1996. 2. Painos. Terveysten edistäminen kunnassa. Terveysttä kaikille vuoteen 2000 – kuntaohjelma. Päätelmät ja suositukset. Helsinki: Oy Edita Ab.
- Heikkilä, T. 2008. Tilastollinen tutkimus. Helsinki: Edita Prima Oy.
- Hirsjärvi, S., Remes, P. & Sajavaara, P. 2007. Tutki ja kirjoita. Helsinki: Otavan Kirjapaino Oy
- Holma, T. 1998. Tuotteistus tutuksi: idea ja työvälineet. Esimerkkinä kuntoutuspalvelut perusterveydenhuollossa. Helsinki: Suomen kuntaliitto.
- Jämsä, K. & Manninen E. 2000. Osaamisen tuotteistaminen sosiaali- ja terveysalalla. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Tammi.
- Kuula, A. 2006. Tutkimusetiikka. Aineistojen hankinta, käyttö ja säilytys. Tampere: Vastapaino.
- Lahtinen, Y. (toim.) 1995. Tuotteistus ja kustannuslaskenta: perusterveydenhuollon Tuoteprojektin raportti 1. Helsinki: Suomen Kuntaliitto.
- Nordman, T. 2002. Viestintä terveydenhuollon organisaatiossa. Toimittanut Torkkola, S. Teoksessa Terveystviestintä. Vammala: Vammalan kirjapaino Oy.
- Pihlaja, J. 2006. Tutkielmalle vauhtia. Vammala: Vammalan kirjapaino Oy.

Raivio, L. & Lepola, R. 2000. 1. painos. Tuotetuntemus. Porvoo: WSOY.

Savola, E. & Koskinen-Ollonqvist, P. 2005. Terveiden edistäminen esimerkein. Käsitteitä ja selityksiä. Helsinki: Edita Prima Oy.

Tuomi, J. & Sarajärvi, A. 2002. Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. Jyväskylä: Gummerus.

Vilka, H. 2007. Tutki ja mittaa. Määrällisen tutkimuksen perusteet. Helsinki: Tammi.

Vornanen, R. 2001. Lasten hyvinvointi. Toimittanut Törrönen M. Teoksessa Lapsuuden hyvinvointi – yhteiskuntapoliittinen puheenvuoro. Vantaa: Pelastakaa lapset.

Väliaverronen, E. 2002. Kirjoittaminen prosessina. Toimittanut Kinnunen, M. & Löytty, O. Teoksessa Tieteellinen kirjoittaminen. Tampere: Vastapaino.

Ästedt-Kurki, P., Jussila, A-L., Koponen, L., Lehto, P., Majjala, H., Paavilainen, R. & Potinkara, H. 2008. Kohti perheen hyvää hoitamista. Helsinki: WSOY

#### INTERNET LÄHTEET:

Ammattikorkeakoululaki 9.5.2003/351. Saatavilla:

<http://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/2003/20030351>. Viitattu: 4.12.2009

Andersson, S., Heinola, R. & Seppänen, M. 2009. Hyvinvointia ja terveyttä edistävää toimintaa käytännössä. Saatavilla: <http://www.thl.fi/thl-client/pdfs/1d4031f8-2741-4493-b50a-925ea617c352>. Viitattu: 4.12.2009

Aldea-Partanen, A. 2009. Palvelut Kainuun maakunnassa. Maaseudun palvelujen ja hyvinvoinnin tutkijoiden tapaaminen. Saatavilla:

[http://www.maaseutupolitiikka.fi/files/921/Andra\\_Aldea-Partasen\\_esitys\\_24042009.ppt](http://www.maaseutupolitiikka.fi/files/921/Andra_Aldea-Partasen_esitys_24042009.ppt)

Viitattu: 17.10.2009

Avaintoimija. Saatavilla: [http://www.avaintoimija.net/sivu.php?artikkeli\\_id=43](http://www.avaintoimija.net/sivu.php?artikkeli_id=43). Viitattu:

22.12.2009



Kansanterveyslaki. 1972. Saatavilla:

[http://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/1972/19720066?search\[type\]=pika&search\[pika\]=kansanterveyslaki](http://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/1972/19720066?search[type]=pika&search[pika]=kansanterveyslaki). Viitattu: 19.11.2009

Kainuun maakunnan terveystalvet. Saatavilla:

[http://maakunta.kainuu.fi/gui/default/fr\\_frontpage.asp?SelectGroup=4&hide=false](http://maakunta.kainuu.fi/gui/default/fr_frontpage.asp?SelectGroup=4&hide=false). Viitattu 26.11.2009

Kainuu a. Kainuun maakunta – kuntayhtymä. Saatavilla:

<http://maakunta.kainuu.fi/kuntayhtyma-info>. Viitattu: 4.11.2009

Kainuu b. Visio, toiminta-ajatus ja tehtävä. saatavilla:

[http://maakunta.kainuu.fi/visio\\_toiminta\\_ajatus\\_ja\\_tehtava](http://maakunta.kainuu.fi/visio_toiminta_ajatus_ja_tehtava). Viitattu: 4.11.2009

Kainuu c. Kuntayhtymän arvot. Saatavilla: [http://maakunta.kainuu.fi/kuntayhtymän\\_arvot](http://maakunta.kainuu.fi/kuntayhtymän_arvot).

Viitattu: 4.11.2009

Kainuu d. Tervetuloa Kainuun maakunnan verkkosivuille! Saatavilla:

<http://maakunta.kainuu.fi/index.asp>. Viitattu: 27.10.2009

Kainuu e. Perheiden hyvinvoinnin edistämiseksi. Saatavilla:

[http://maakunta.kainuu.fi/gui/default/fr\\_frontpage.asp?SelectGroup=6&hide=false](http://maakunta.kainuu.fi/gui/default/fr_frontpage.asp?SelectGroup=6&hide=false). Viitattu: 31.10.2009

Kuntalaki. 17.3.1995/365 Saatavilla:

[http://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/1995/19950365?search\[type\]=pika&search\[pika\]=kuntalaki](http://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/1995/19950365?search[type]=pika&search[pika]=kuntalaki). Viitattu: 19.11.2009

Leskinen, H. 2006. Kainuun maakunta-kuntayhtymän strateginen suunnitelma vuosille 2007–2015. Saatavilla:

<http://maakunta.kainuu.fi/showattachment.asp?ID=349&DocID=835>. Viitattu: 8.11.2009

Mikkonen, N. 2007. Terveysten edistämisen rakenteet. Rakennuspalikoita alueellisen järjestelmän kehittämistyöhön. Saatavilla: [http://www.health.fi/content/files/rakenne\\_paperi.pdf](http://www.health.fi/content/files/rakenne_paperi.pdf)

Viitattu: 10.11.2009

MLL. 2009. Terveysten edistämisen ohjelma. Saatavilla:

[http://www.mll.fi/ajankohtaista/terveyden\\_edistamisen\\_ohjelma/](http://www.mll.fi/ajankohtaista/terveyden_edistamisen_ohjelma/). Viitattu 16.12.2009

Nielsen, J. 1993. Käytettävyyden mittaaminen. Saatavilla:  
<http://www2.uiah.fi/projekti/metodi/058.htm#measure> Viitattu: 4.12.2009

Ottawa Charter For Health Promotion. Saatavilla:  
[http://www.who.int/hpr/NPH/docs/ottawa\\_charter\\_hp.pdf](http://www.who.int/hpr/NPH/docs/ottawa_charter_hp.pdf). Viitattu: 15.11.2009

Perttilä, K. 2009. Terveiden edistäminen käsitteenä ja käytännössä. Saatavilla:  
[http://www.sairaanhoitajaliitto.fi/ammattilliset\\_urapalvelut/julkaisut/sairaanhoitaja-lehti/4\\_2006/muut\\_artikkelit/terveyden\\_edistaminen\\_kasitteena/](http://www.sairaanhoitajaliitto.fi/ammattilliset_urapalvelut/julkaisut/sairaanhoitaja-lehti/4_2006/muut_artikkelit/terveyden_edistaminen_kasitteena/). Viitattu: 21.11.2009

Rusanen, R. Terveystenhoito Kainuussa. Saatavilla:  
<https://www.kainuupiste.fi/index.php?p=TerveydenhuoltoKainu>. Viitattu: 2.12.2009

Sosiaali- ja terveysministeriö. 2007. Terveiden edistämisen laatusuositus. Saatavilla:  
<http://www.stm.fi/Resource.phx/publishing/documents/11423/index.htm>. Viitattu 28.11.2009

Sosiaaliportti 2009. Lapsiväestön hyvinvoinnin edistäminen. Saatavilla:  
<http://www.sosiaaliportti.fi/fi-FI/lastensuojelukasikirja/tyoprosessi/ehkaisevatyo/tavoitteet/hyvinvoinninedistaminen/>  
 Viitattu: 4.12.2009

Suomen perustuslaki. 11.6.1999/731. Saatavilla:  
[http://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/1999/19990731?search\[type\]=pika&search\[pika\]=perustuslaki](http://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/1999/19990731?search[type]=pika&search[pika]=perustuslaki). Viitattu: 10.11.2009

Terveiden edistämisen laatusuositus. 2006. Saatavilla:  
<http://pre20090115.stm.fi/pr1158139777250/passthru.pdf>. Viitattu: 1.12.2009

Terveiden ja hyvinvoinnin laitos 2007. Kuntayhteistyö. Saatavilla:  
<http://www.teroka.fi/teroka/index.php?option=content&pcontent=1&task=view&id=33&Itemid=64> Viitattu: 21.12.2009.

Terveiden ja hyvinvoinnin laitos 2008. Tiedosta toimintaan terveyserojen kaventamisessa – kokemuksia Kainuusta. Saatavilla:  
[http://www.ktl.fi/portal/suomi/julkaisut/kansanterveyslehti/lehdet\\_2008/nro\\_1\\_2008/tie](http://www.ktl.fi/portal/suomi/julkaisut/kansanterveyslehti/lehdet_2008/nro_1_2008/tie)

[dosta toimintaan terveyserojen kaventamisessa kokemuksia kainuusta/](#) Viitattu: 17.12.2009.

Tilastokeskus 2009a. Ennakkoväkiluku alueittain, syyskuu 2009. Saatavilla: <http://pxweb2.stat.fi/Dialog/Saveshow.asp>. Viitattu: 8.11.2009

Tilastokeskus 2009b. Käsitteet ja määritelmät. Saatavilla: <http://www.stat.fi/til/perh/kas.html> Viitattu: 4.12.2009

Tilastokeskus 2009c. Perheet 2008. Saatavilla: [http://www.stat.fi/til/perh/2008/perh\\_2008\\_2009-05-29\\_fi.pdf](http://www.stat.fi/til/perh/2008/perh_2008_2009-05-29_fi.pdf) Viitattu: 10.11.2009

Torppa, M. 2004. Ihan tervettä: näkökulmia terveyden käsitteeseen. Saatavilla: [http://www.coronaria.fi/vaihe3yle/kl/vuosikirja/vuosikirja2004/Terveyspolitiikka\\_Martina\\_Torppa.pdf](http://www.coronaria.fi/vaihe3yle/kl/vuosikirja/vuosikirja2004/Terveyspolitiikka_Martina_Torppa.pdf). Viitattu: 21.11.2009

Vainio, S. 2007. Sidosryhmien sitouttaminen. Saatavilla: <http://hlab.ce.tut.fi/hmopetus/sidosryhmien-sitouttaminen>. Viitattu: 26.11.2009

WHO. 1948. WHO Definition of Health. Saatavilla: <http://www.who.int/about/definition/en/print.html>. Viitattu: 21.11.2009

## LIITTEIDEN LUETTELO

LIITE 1 KYSELYLOMAKE

LIITE 2 SAATEKIRJE

LIITE 3 ESIMERKKI SÄHKÖISESTÄ TOIMINTAKALENTERISTA

LIITE 4 TOIMEKSIANTOSOPIMUS

## KYSELYLOMAKE

1. Tarjoamanne toiminnon nimi:
2. Toiminnon ajankohta/ aloitusajankohta (viikonpäivä, kellonaika):
3. Paikka, jossa toiminto järjestetään:
4. Kenelle toiminto on tarkoitettu:
5. Toiminnon vetäjän nimi ja yhteystiedot:
6. Toiminnon hinta:
7. Kuvaus toiminnosta/ toiminnon tarkoitus: (Minkälainen toiminto on kyseessä, mitä siellä tehdään?)

Vastaajan nimi ja yhteystiedot:

## SAATEKIRJE

Arvoisa vastaaja!

Olemme kaksi terveydenhoitajaopiskelijaa Kajaanin ammattikorkeakoulusta ja olemme tekemässä opinnäytetyötä aiheesta kainuulaisten lasten, nuorten ja lapsiperheiden sähköinen toimintakalenteri. Opinnäytetyön tarkoituksena on kartoittaa Kainuun maakunta – kuntayhtymän, Kainuun kuntien, Mannerheimin Lastensuojeluliiton ja Kainuun seurakuntien järjestämät lasten, nuorten ja lapsiperheiden toistuvat ryhmämuotoiset toiminnot ja koota toimintojen tiedot sähköiseen toimintakalenteriin istutettavaan muotoon. Opinnäytetyömme tavoitteena on kehittää kainuulaisten lasten, nuorten ja lapsiperheiden toistuvien ryhmämuotoisten toimintojen helposti löydettävyyttä. Opinnäytetyömme toimeksiantaja on seutu 2 Perhekeskuksen tiimijohtaja Moilanen Maila. Ohjaavana opettajana toimii Siivola Seija.

Tämä kysely on suunnattu Sinulle, joka toimit järjestäjänä/ohjaajana kainuulaisille lapsille, nuorille ja lapsiperheille järjestetyssä toistuvassa ryhmämuotoisessa toiminnossa.

Antamiasi tietoja tullaan käyttämään Kainuun maakunta – kuntayhtymän Internet sivustolle tulevassa sähköisessä toimintakalenterissa. Kalenteri on kaikille avoin ja maksuton palvelu. Kyselyyn vastanneiden antamien tietojen perusteella teemme lyhyet kuvaukset kustakin toiminnosta. Myös toiminnon ohjaajan/järjestäjän nimi ja työnumero/työsähköpostiosoite tulee mahdollisesti näkyviin Internet sivustolle, jotta kainuulaiset asiakkaat voisivat kysyä tarvittaessa lisätietoja suoraan toiminnon vetäjältä.

Mikäli toiminnon kuvauksiin tulee muutoksia tai toiminnon ohjaaja/ohjaajat vaihtuvat on näitä tietoja mahdollista muuttaa tarpeen mukaan. Toimintoja pystyy myöhemmin myös lisäämään ja poistamaan. Tämä tulee ajankohtaiseksi silloin, kun sähköinen toimintakalenteri on jo käytössä. Opinnäytetyömme valmistuu joulukuussa 2009, jonka jälkeen alkaa vasta varsinainen sähköisen toimintakalenterin tekeminen, jonne keräämämme tiedot istutetaan.

Kyselyn täyttäminen vie aikaasi alle 15 minuuttia.

Vastaathan kyselyyn mahdollisimman pian, kuitenkin viimeistään 26.5.2009. Palauttakaa täytetyt kyselyt jompaankumpaan alla olevaan sähköpostiosoitteeseen. Mikäli sinulle tulee kysyttävää lomakkeen täyttämisestä, vastaamme mielellämme kysymyksiisi sähköpostitse.

Kiitämme vastauksestasi jo etukäteen, sillä jokainen vastaus on meille ja kaikille kainuulaisille tärkeä!

Ystävällisin terveisin, terveydenhoitajaopiskelijat

Huotari Sanna  
[sth6sasannah@kajak.fi](mailto:sth6sasannah@kajak.fi)

Saarela Sanna  
[sth6sasannas@kajak.fi](mailto:sth6sasannas@kajak.fi)

## ESIMERKKI SÄHKÖISESTÄ TOIMINTAKALENTERISTA

VIIKKO 52

KAJAANI

Maanantai	Tiistai	Keskiviikko	Torstai	Perjantai	Lauantai	Sunnuntai
klo. 9.00-10.30 Ev.lut. seurakunnan päiväkerho, Kuurna	klo 9.00-10.30 Ev.lut. seurakunnan perhekerho, Vuolijoki			Klo. 9.00-11.00 Ev.lut. seurakunnan päiväkerho, Nakertaja		
klo. 10.00-13.00 Mama tree Café Kajaani		klo. 10.00-11.30 Seurakunnan perhekerho	klo 9.45-11.15 Seurakunnan perhekerho			
klo. 13.00-15.00 Ev.lut. seurakunnan päiväkerho, Vuolijoki						
						klo. 15.00-18.00 Tytttöjen Vintti MLL

**Yksittäiset tapahtumat:**

LASTEN KONSERTTI 24.12.2009 KLO 12.00 KAINUUN AMMATTIOPISTOLLA

Esimerkki toiminnon kuvauksesta, joka aukeaa klikkaamalla kalenterissa näkyvää toiminnon nimeä.

**Kajaanin evankelisluterilaisen seurakunnan perhekerho**

**Vuolijoki-Otanmäki alueella**

Tarkoitettu alle kouluikäisille lapsille sekä heidän vanhemmilleen, hoitajilleen ja muille lapsen kanssa oleville aikuisille.

Perhekerhotoiminta tukee monipuolisesti lasten persoonallista kehitystä, ohjaa lapsia toimimaan toisten lasten kanssa ja ymmärtämään ihmisten erilaisuutta. Lapset saavat turvallisen perustan oman kristillisen kasvunsa pohjaksi. Lisäksi perhekerhotyö tarjoaa aikuisille tärkeän vertaistuen tutustumisen ja keskustelujen kautta.

***3-6- vuotiaiden perhekerhot kokoontuvat:***

Parillisella viikolla tiistaisin klo 9.00-10.30 Vuolijoen seurakuntatalo, osoite: Kivikirkontie 3

Parittomalla viikolla tiistaisin 9.30-11.00 Otanmäen seurakuntatalo

***Lisätietoja antaa:***

Lapsityönohjaaja, puh. 040-1234 567




**TOIMEKSIANTOSOPIMUS  
OPINNÄYTETYÖT  
MUUT OPPIMISPROJEKTIT**

Päiväys

1.4.2009
**TOIMEKSIANTOSOPIMUS OPISKELIJATYÖNÄ TEHTÄVISTÄ OPINNÄYTETÖISTÄ JA  
MUISTA OPPIMISPROJEKTEISTA**
**TOIMEKSIANTAJAN TIEDOT**

Toimeksiantaja	<u>Kainuun maakunta-kuntayhtymä</u>
Osoite ja puhelinnumero	<u>Keskuskatu 9, 88600 Sottamo</u>
Työn ohjaaja toimeksiantajan puolelta	<u>Moilanen Maila</u>

**TOIMEKSIANNON KUVAUS**

Toimeksiannon kuvaus (mahdollinen liite, projek- tikuvaus yms)	<u>Kainuulaisten lasten nuorten ja lapsiperheiden sähköinen toimintakalenteri</u>
Aikataulu	<u>Valmis joulukuussa 2010</u>
Kustannusarvio ja kustan- nusvastuu	
Lopputuotoksen muoto	<u>Opinnäytetyö</u>

**TOIMEKSIANNON TEKIJÄT KAJAANIN AMMATTIKORKEAKOULUSSA**

Toimeksiannon tekijät ja yhteystiedot (opiskelijat)	<u>Huotari Sanna</u> <u>Saarela Sanna</u>
Toimeksiannon ohjaaja Kajaanin amk:ssa	<u>Siivola Seija</u>
Työstä tehdään	<input checked="" type="checkbox"/> opinnäytetyö <input type="checkbox"/> muu, mikä

Sanna Huotari, Sanna Saarela  
Tekijöiden allekirjoitukset

Maija Moilanen  
Toimeksiantajan allekirjoitus

**HYVINVOINTI**  
Sairaanhoitajakoulutus  
Terveystieteiden koulutus  
PL 52, (Kuntapolku 4)  
87101 Kajaani  
Puh. (08) 6189 9612  
Faksi (08) 6189 9620

**PALVELUT**  
Restonomikoulutus  
PL 52, (Kuntapolku 3)  
87101 Kajaani  
Puh. (08) 6189 9610  
Faksi (08) 6189 9620

**PALVELUT**  
Tradenomikoulutus  
PL 52, (Kuntokatu 5)  
87101 Kajaani  
Puh. (08) 6189 9454  
Faksi (08) 6189 9424

**TEKNOLOGIA**  
Insinööri koulutus  
PL 52, (Kuntokatu 5)  
87101 Kajaani  
Puh. (08) 6189 9611  
Faksi (08) 6189 9620

## KAJAANIN AMMATTIKORKEAKOULU

TOIMEKSIANTOSOPIMUS  
OPINNÄYTETYÖT  
MUUT OPPIMISPROJEKTIT

2

## TOIMEKSIANNON KUVAUS

<b>Tavoitteet</b> Toimeksiantajan kannalta	Opinnäytetyön tavoitteena on kehittää lainuolaiten lasten, nuorten ja lapsiperheiden taistuvien ryhmämuotoisten toimintojen helposti löydettävyyttä.	
Opiskelijoiden oppimisen kannalta	Tavoitteena on soveltaa tutkimustoiminnan perustaitoja opinnäytetyön haasteiden ratkaisemiseksi ja kehittää omaa ammatillista osaamista.	
<b>Keskeiset tuotokset</b> (raportit, suunnitelmat, tuotteet, esitteet, tietokoneohjelmat, tilaisuudet yms.)	Aiheanalyysi, opinnäytetyösuunnitelma, opinnäytetyö opinnäytetyön esitys	
<b>Sovitut kokoukset ja raportoinnit</b>	Opinnäytetyön esitys	
<b>Projektin resurssit</b> 1. Toimeksiantaja	Ohjaus	
2. Opiskelijat	aktiivinen raportointi	
3. Ammattikorkeakoulun ohjausresurssit	Ohjaavan opettajan antama ohjaus	
<b>Kustannusarvio ja kustannusvastuu</b> Materiaalit Laittekustannukset Opiskelijoiden palkkiot Ohjaavan opettajan palkkiot Matkakustannukset Muut	Arvio Henkilöskulut Opinnäytetyön kansittaminen	Vastuu Opinnäytetyön tekijät  Milla Moilanen kustantaa oman kappaleen
<b>Muuta</b> Luottamuksellisuus Tekijänoikeudet Laskutus	Noudatamme arkisto, salassapito- ja tietosuoja säännöksiä. Yhteistyökumppaneilla omistus- ja tekijänoikeus, sekä oikeus käyttää ja muokata opinnäytettyötä.	

Sopimuksessa noudatetaan Kajaanin ammattikorkeakoulun vakioehtoja opiskelijatyönä tehtävistä toimeksiannoista.

## HYVINVOINTI

Sairaanhoidajakoulutus  
Terveystieteiden koulutus  
PL 52, (Ketunpolku 4)  
87101 Kajaani  
Puh. (08) 6189 9612  
Faksi (08) 6189 9620

## PALVELUT

Restonomikoulutus  
PL 52, (Ketunpolku 3)  
87101 Kajaani  
Puh. (08) 6189 9610  
Faksi (08) 6189 9620

## PALVELUT

Tradenomikoulutus  
PL 52, (Kuntokatu 5)  
87101 Kajaani  
Puh. (08) 6189 9454  
Faksi (08) 6189 9424

## TEKNOLOGIA

Insinööri koulutus  
PL 52, (Kuntokatu 5)  
87101 Kajaani  
Puh. (08) 6189 9611  
Faksi (08) 6189 9620